



UNIVERSIDAD
DE MÁLAGA

Facultad de Ciencias de la Educación
TRABAJO FIN DE GRADO

GRADUADO EN EDUCACIÓN SOCIAL

**DESTRUYENDO FRONTERAS CON LA TERCERA
EDAD: UNA EDUCACIÓN PARA TODOS**



**Propuesta de Intervención Socioeducativa para el fomento de la
participación a través de actividades.**

Realizado por:
Dolores Codes López

Tutorizado por:
Rafael Galante Guille

Facultad de Ciencias de la Educación
Curso, 2017/2018

TÍTULO: Destruyendo fronteras con la Tercera Edad: una educación para todos. Propuesta de Intervención Socioeducativa para el fomento de la participación a través de actividades.

HEADLINE: Breaking boundary with the elderly: an education for all. A proposal of intervention for social education to promote the participation through activities.

RESUMEN:

El presente Trabajo de Fin de Grado está dirigido a personas mayores que se encuentran en Centros residenciales, concretamente en el Centro Gerontológico Buen Samaritano, donde la participación en las actividades ha descendido considerablemente. Esta intervención ha sido creada a partir de la detección y la demanda de los/las mayores en crear actividades o modificar las ya existentes del centro.

A través de diferentes instrumentos cualitativos como son la observación, entrevistas, cuestionarios, y el análisis de estos en el paquete estadístico SPSS, se ha obtenido la petición de estas/as mayores dando lugar a la creación de una propuesta de intervención. Esta incluye actividades de entretenimiento, cognición, ejercicio físico y ocio en el exterior, creadas con el objetivo de fomentar la participación de los/las mayores, y propiciando así una mejora de las relaciones y la convivencia de las 52 personas que conforman una de los cinco salones de la residencia, salón Betania.

PALABRAS CLAVE: Personas mayores, envejecimiento, centro residencial, participación, y actividades

ABSTRACT:

This dissertation is aimed at elderly people who are in residential care homes centers. The specific care homes mentioned in this dissertation is the “Centro

Gerontológico Buen Samaritano”, where participation in activities has fallen considerably. This intervention has been created from the detection and the demand of the elderly to create activities or modify existing ones in the center.

Using different qualitative instruments such as observations, interviews, questionnaires, and the analysis of these in the SPSS statistical Package, the petition of the senior people has been considered, leading to the creation of an intervention proposal. This includes entertainment activities, cognition, physical exercise and trips out of the center, with the aim of promoting the participation of the elderly, and thus promoting an improvement in the relationships and coexistence of the 52 people that make up one of the five salons of the residence, Betania hall.

KEYWORDS: Elderly People, aging, residential care homes, participation and activities.

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO FIN DE GRADO

Dña. Dolores Codes López.

Con DNI/Pasaporte 53704807Z

Alumno/a de la Titulación de Grado de Educación Social de la Facultad de Ciencias de la Educación, de la Universidad de Málaga.

DECLARO

Ser autor/a del texto entregado y que no ha sido presentado con anterioridad, ni total ni parcialmente, para superar materias previamente cursadas en esta u otras titulaciones de la Universidad de Málaga o cualquier otra institución de educación superior u otro tipo de fin.

Así mismo, declaro no haber trasgredido ninguna norma universitaria con respecto al plagio ni a las leyes establecidas que protegen la propiedad intelectual, así como que las fuentes utilizadas han sido citadas adecuadamente.

Por último, declaro que soy conocedor de las sanciones penales en caso de infringir las leyes del plagio y de falsa declaración, y que firmo la presente con pleno uso de mis facultades y asumiendo todas las responsabilidades de ella derivada.

Firma



En Málaga, a 20 de junio de 2018

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	Pág. 1
2. OBJETIVOS	Pág. 3
3. MARCO TEÓRICO	Pág. 4
3.1. Fundamentación teórica.....	Pág. 4
3.2. Contextualización	Pág. 11
4. MARCO PRÁCTICO	Pág. 15
4.1. Análisis de necesidades o demandas	Pág. 15
4.2. Metodología	Pág. 19
4.2.1. Muestra	Pág. 21
4.2.2. Instrumentos.....	Pág. 22
4.2.3. Procedimientos.....	Pág. 25
5. PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN.....	Pág. 29
6. ANÁLISIS DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN ..	Pág. 31
7. CONCLUSIONES.....	Pág. 32
8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	Pág. 35
9. REFLEXIÓN SOBRE EL PROCESO DE APRENDIZAJE EN EL GRADO	Pág. 40
10. ANEXOS	

1. INTRODUCCIÓN

A lo largo del siglo XX, la población ha ido envejeciendo cuantiosamente, tanto es así que en la actualidad hay más personas mayores que jóvenes. Según el Instituto Nacional de Estadística en 1998 la población mayor de 65 años era de 6.501.443 personas y en el año 2017 de 8.764.204 personas, en 19 años la población mayor ha aumentado 2.252.761 y se estima que para el año 2050 la población crecerá mucho más a causa del baby-boom, ya que los bebés nacidos en dicho periodo estarán envejecidos. Como dice Abellán (2002), citado en Cordero (2006), la población española aumentará al año como ciudades. Es decir, el número de los habitantes daría lugar a crear una nueva ciudad.

Como dicen Cordero (2006); Anaut, Caparrós & Calvo (2008), la esperanza de vida actualmente ronda los 80 años, esto antes era impensable pues cuando una persona nacía tenía una esperanza de vida menor de 50 años. Este aumento en la esperanza de vida es debido a una serie de factores siendo algunos de ellos, las mejoras en la medicina, la higiene, bienestar social, liberación de la mujer, su incorporación al mundo laboral, la baja natalidad, entre otros.

Volviendo hacer referencia a Cordero (2006), el fenómeno del aumento de la población envejecida, a nivel individual no afecta sino que es beneficioso para la persona. Sin embargo, a nivel social es negativo en casi todos los sentidos, ya que perjudica negativamente a la cultura, al nivel económico, a las ayudas puesto que son más dependientes, etc. En pocas palabras, para nuestra sociedad la vejez es considerada una carga que solo se beneficia del bienestar social pero que no participa, ni colabora activamente en la comunidad.

Por lo comentado anteriormente y apoyándome en Spijker & Zuera (2016). El aumento de la población mayor de 65 años y los cambios producidos en la concepción de las familias, dan lugar a que muchos de los mayores ingresen en centros residenciales. Lugar donde se les ofrece distintos servicios, sobre todo asistencial, aunque desde hace relativamente poco tiempo se están creando programas donde se atiende a las personas de forma integral.

Una de las mayores causas de los ingresos en residencias es que las familias no pueden hacerse cargo de los cuidados de los mayores, ya sea por falta de tiempo, por trabajo, por no poder ofrecerle aquello que necesita, ya sea física o psicológicamente, es decir, no poder cuidar a la persona mayor de forma integral. Por este motivo, al igual que aumenta el número de personas mayores, aumenta la entrada de personas en residencias.

Estar en una residencia requiere ofrecer servicios más allá de lo asistencial, la persona debe ser activa totalmente, y para lograrlo se deben de llevar a cabo programas e intervenciones donde se propicie el envejecimiento activo. Los mayores al igual que a cualquier edad tienen que recibir una educación, pues esta es permanente e imprescindible para nuestras vidas. Las personas que se jubilan se enfrentan a un gran cambio, y para enfrentarnos a dicha transformación, la educación juega un papel muy importante en esta etapa de controversias. Puede verse en la siguiente cita de Cordero (2006):

Los cambios y exigencias de la sociedad hacen necesaria la educación permanente a lo largo de la vida para todo el que quiera evolucionar al unísono con la sociedad, pero se convierte en una necesidad apremiante para las personas mayores, generalmente más expuestas a la marginación social y al aislamiento, si no quieren quedar ancladas en el pasado y al margen de la sociedad. (p. 185).

En definitiva, por todo lo anteriormente dicho, decido desarrollar una intervención en la que los protagonistas sean los mayores del Centro Gerontológico Buen samaritano, lugar donde he realizado las prácticas Universitarias.

Este contexto es un lugar donde es necesario atender las necesidades de estas personas, lo que me dan pie a intervenir concretamente ha sido una conversación y la gran demanda que existe en cuanto a la creación de actividades nuevas que les llene como personas y no realizarlas como un simple entretenimiento.

Por esta razón decido realizar una detección de necesidades en la que se implique a todos los residentes que constituyen el salón Betania. Los resultados obtenidos promueve la creación de una intervención, la cual consta de nueve sesiones de actividades en las que se potencian el entretenimiento, el ocio, la cognición y el ejercicio físico. Estas actividades buscan fomentar la participación y a su vez potenciar una mejora en las relaciones, dado que todas las actividades son planificadas para ser realizadas en grupo.

2. OBJETIVO

El objetivo principal del presente trabajo, es **fomentar la participación** de los mayores residentes del Centro Gerontológico Buen Samaritano en las actividades organizadas y creadas para el salón Betania.

Este objetivo surge a través de observar una carencia en la participación de los mayores durante mi periodo de prácticas y por la demanda por parte de algunos/as mayores, de incluir nuevas actividades, o incluso modificar las ya existentes. Aprovechando el objetivo principal se intentará que haya una mejora de los vínculos a

través de las interacciones, para conseguir una mejora de las relaciones y propiciar un envejecimiento activo.

Los objetivos específicos son los siguientes, aunque pueden verse en cada una de las actividades encontradas en anexos.

- Propiciar un buen clima en el que los y las mayores interactúen y compartan tiempo entre ellos/as.
- Favorecer una mejora de la memoria y la cognición.
- Conseguir una mejora de la atención y la concentración.
- Mostrar la importancia que tiene el ejercicio físico para sus vidas.
- Fomentar el entretenimiento como una herramienta de diversión pero que a su vez trate diferentes ámbitos como son la cognición y el ejercicio físico.

3. MARCO TEORICO

3.1. Fundamentación teórica

Toda persona pasará por cuatro etapas en su vida; infancia, adolescencia, adultez y vejez, cada una de ellas puede ser trabajada desde la Educación Social, sin embargo, esta intervención se centrará en la última etapa, la vejez.

En primer lugar, voy a comenzar haciendo referencia a una definición de tercera edad, concretamente al diccionario de la Real Academia Española, en la que se entiende como tercera edad a aquellas personas que se encuentran en un periodo de edad avanzado en la cual disminuye su vida laboral activa. Al igual que esta definición, Tarrés (2002) menciona en su artículo, que la vejez es definida en la mayoría de los casos, a partir de los aspectos biológicos haciendo hincapié en el deterioro cognitivo y físico que ocurren conforme su edad avanza, aunque especialmente considero que la vejez incluye más aspectos como pueden verse en la siguiente definición: “Envejecer como un proceso

dinámico, gradual, natural, e inevitable, proceso en el que se dan cambios a nivel biológico, corporal, psicológico y social” (De Rosnay, 1988, citado en Moreno, 2005).

Aclarando esta definición el envejecimiento no es proceso homogéneo para todas las personas sino que afecta de manera diferente. Al igual que es algo natural y algo por lo que pasaremos todas las personas. Los cambios que se producen son en cuatro niveles; biológicos, corporales, psicológicos y sociales, gustaría destacar el último, pues la visión que tiene la sociedad sobre la vejez y como es tratada también forma parte del envejecimiento.

La esperanza de vida en las personas ha tenido un gran aumento, puede verse en el gráfico “Esperanza de vida al nacer por edad y sexo, 1900-2030” datos obtenidos del Instituto Nacional Estadística en el que se muestra un aumento considerable en la edad de las personas conforme pasan los años, en el año 1900 se ve como la esperanza de vida era inferior a los 50 años tanto para mujeres como hombres, sin embargo, aproximadamente 2020, la edad estimada es de los 85 años. Esto se debe a diferentes factores como son la mejora de la sanidad, la calidad de vida, y el sistema de bienestar, entre otros factores, los que hacen que podemos vivir más tiempo. Otros factores influyentes en el envejecimiento de la población son mencionados por Abades & Rayón (2012), siendo estos el descenso de la natalidad, la liberación de la mujer, la incorporación de esta al mercado laboral, la educación, etc.

Por otro lado, Toledano (2004), nombra otras causas que afectan a la natalidad y por tanto nos encontramos con una población más envejecida, siendo estas las nuevas relaciones y visión de la sociedad respecto a la descendencia, los nuevos métodos para impedir el embarazo, etc., con las cuales estoy totalmente de acuerdo.

El aumento considerable de las personas mayores obliga a que tengan que ser atendidas igual que a otras edades, por lo que se debe crear intervenciones dirigidas hacia

estos, con el objetivo de conseguir una vejez activa y participativa en la medida en la que sus dificultades lo permitan.

El envejecimiento activo es:

El proceso que permite a las personas realizar su potencial de bienestar físico, psíquico y mental a lo largo de todo su ciclo vital y participar en la sociedad de acuerdo con sus necesidades, deseos y capacidades, mientras que les proporciona protección, seguridad y cuidados adecuados cuando necesitan asistencia. (Pinazo, Lorente, Limón, Fernández & Bermejo, 2010, p. 5).

Esta definición basada en la Organización Mundial de la Salud, abarca todo en cuanto al mayor se refiere, o más bien como se debería de considerar y de tratar nuestros/as mayores. Siguiendo con Pinazo et al (2010), la definición de envejecimiento activo engloba que la educación es permanente, es decir, no solo son educados los niños/as, sino que a lo largo de toda la vida independientemente de la edad se puede aprender. Además, la persona mayor tiene que tener la capacidad para seguir participando en la sociedad y en todo lo que se precise ya sea organizado para ello o si quiere participar en algo que no vaya dirigido expresamente para ellos.

La idea de envejecimiento activo es muy importante para la persona pues esta podrá envejecer siendo independiente y tomando las decisiones de su propia vida sin que otros/as las tomen por ellos/as. Además de ser muy importante para ellos, socialmente también, pues no se tendrá que invertir en intervenciones asistencialistas en las que dependerán siempre de otros sino que el tiempo invertido hará a personas más libres. El término de envejecimiento activo fue acuñado por la Organización Mundial de la Salud en los años 90 del pasado siglo XX, el cual ha ido evolucionando y mejorando con el paso de los años, aunque aún queda mucho por lograr y alcanzar.

Según Regato (2001), las actividades de prevención son muy importantes para mantener en el tiempo la independencia y la autonomía personal de la persona. Por otro lado, se tienen que tener en cuenta a cada persona de forma individual pues no todas necesitan y requieren lo mismo para su vida. La edad es un factor que no tiene que influir dado que el envejecimiento activo tiene mucho que ver con la manera en la que la persona ve su vida y la manera de aprovecharla, es decir, la expectativa de vida que se tenga de uno mismo.

En la puesta en práctica del envejecimiento activo debe incluir factores en distintos niveles, como son en lo económico, social, ambiente físico, servicios de salud, estilo de vida, aspectos biológicos, genéticos y psicológicos de la persona, como bien menciona Martínez & Calderón (2012).

El cambio en la concepción de la familia, la ocupación laboral fuera del domicilio, una vivienda no apta para los cuidados que requiere un mayor, la incapacidad de cuidar a nuestros mayores, entre otros, ha llevado a que los familiares o incluso que los propios mayores quieran optar por el abandono de sus hogares e instalarse en residencias para la tercera edad. Como hace mención Bover & Gastaldo (2005) en la investigación de Domínguez (2014) nos acercamos a una “crisis de los cuidados” en la que se ve, como bien he mencionado antes, el acrecentamiento de la demanda de plazas en los centros residenciales.

Históricamente, los Centros Residenciales han ido evolucionando y mejorando desde sus inicios hasta la actualidad. Se podría decir que han tenido una modificación de casi el cien por cien, se han cambiado los objetivos y motivos por los que atender a estas personas. Dichos cambios eran necesarios, ya que de no ser así ya no existirían las residencias. Originariamente estos centros surgen en la Edad Moderna para ocuparse de mayores con enfermedades, por mendicidad, para ayudar a las familias, etc., estaban a cargos de la Iglesia Católica y de la caridad que emergía de la sociedad, en la que había que realizar actos caritativos para conseguir una vida eterna.

Foucault (1978) mencionado en Pia (n.d.), habla de lo positivo que fueron los inicios de la caridad y de tener otra mirada hacia la pobreza y a todo diferente, pues este es el comienzo del estado de bienestar y de todo lo que tenemos en la actualidad.

Pia (n.d.) p. 157, basándose en Foucault (1978). Alude que el internamiento en estos centros se basaba en vigilar y castigar al otro, pero la actualidad no tiene nada que ver con el pasado, algo que es cierto. Siguiendo con la idea de Goffman (1970), las residencias se han equiparado y comparado con hospitales psiquiátricos y campos de concentración pues el inicio de estas solo servían para apartar a los desechos de la sociedad, o sea, apartar a todo aquel que no fuera útil y no convenía para la sociedad. Con el paso del tiempo esta institución ha ido mejorando, pues las políticas han ido cambiando, así mismo haciendo referencia a algunos/as mayores que se encuentran en la residencia, comentan que las condiciones en las que viven son buenas aunque esta nunca se podrá comparar con su hogar.

Actualmente la atención a los mayores se realiza en varios niveles, necesidades básicas, participación y plena integración en el centro como un miembro más de la casa. (Conserjería de Salud y Bienestar social de Castilla la Mancha, 2012, citado en Domínguez, 2014).

Algunos Centros residenciales son considerados Centros Gerontológicos al igual que en el Centro donde está basada mi intervención. Estos centros se ajustan a las necesidades que tienen las personas mayores y las de sus familiares siendo su objetivo primordial. Estos se pueden usar de manera puntual (respiro familiar), periódica, o estable, como bien comentan en su investigación (Elizari, Furiel & Aizpiru, n.d, p. 92).

Para atender las necesidades de las personas que se encuentran en el centro hay que intervenir creando actividades o programas para potenciar el desarrollo de estos. Por ello voy a tener en cuenta las necesidades individuales de cada mayor adaptando todo a sus capacidades y limitaciones, al igual que se tendrá en cuenta las necesidades

del grupo, dado que las actividades creadas se harán de manera grupal. Toda persona participante se llevará consigo aprendizajes, entretenimiento y sobre todo no dejar de ser personas activas, donde su autonomía e independencia perdure por más tiempo.

Se define intervención socioeducativa como:

El espacio de encuentro del trabajo y la pedagogía social que tiene como objetivo el cambio a favor de la salud, el bienestar y la participación social de las personas, grupos, familias y comunidades a través de procesos de enseñanza-aprendizajes. (Benito & Vicente, 2012).

Personalmente, considero que a esta definición le falta la idea de conseguir que las personas sean más libres y autónomas, pues es el fin de la educación para mí es dar las herramientas suficientes para que ellas mismas sea las dueñas de sus vidas, sin que otros/as influyan en la toma de sus decisiones. Además, de especificar que una intervención socioeducativa es idónea para cualquier edad.

Una buena intervención socioeducativa para mayores debe incluir:

- Una educación a través de la cultura, basado en los distintos niveles que tengan las personas con las que se quiere intervenir, y teniendo en cuenta sus intereses.
- Ser capaz de crear un buen ambiente en el grupo de trabajo, para conseguir que estos se sientan libres de mostrar sus sentimientos y respetar los sentimientos de los demás compañeros/as o en algunos casos amigos/as. Por tanto, aquí entra la empatía y el saber escuchar.
- Dar la misma importancia a la salud psíquica y física, ya que nuestro cuerpo también refleja cómo nos sentimos ante la realidad que estamos viviendo.
- Idea apoyada en Lowen (1970). “El cuerpo de una personas nos dice mucho sobre su personalidad. Como se sostiene en pie, su mirada, su tono de voz, la

posición de su mandíbula, de sus hombros, la comodidad de sus movimientos y la espontaneidad de sus gestos nos dicen no solo quien es sino también si está disfrutando de la vida o si se siente desdichado/a.”

- Educar para empoderar en la toma de decisiones y tener herramientas para solucionar problemas. (Zimmerman, 2000, citado en Bermejo, 2010).
- Teniendo en cuenta la idea de Bermejo (2010). No hay nada mejor que contar con las ideas y demandas de los destinatarios, por lo que su implicación en el planteamiento de las actividades y de sus conocimientos-aprendizajes es esencial.

Actualmente, la figura del Educador/Educadora Social forma parte de los distintos profesionales actos para trabajar con personas. El origen de esta profesión ha sido bastante reciente, por lo que aun no es visible en muchos lugares. Esta actúa con todo tipo de personas ya tengan presente alguna problemática, marginación, exclusión, o no; en definitiva busca el desarrollo de la persona en todos los niveles y sentidos.

La fuerte marginación y exclusión que sufren nuestros mayores conduce a que sea necesaria una intervención, la cual puede ser llevada a cabo por los Educadores/as sociales al igual que por otros profesionales, aunque este trabajo se centrará en la Educación Social y la intervención con mayores. Como sostiene Almenar & Valera (2009); y Barnes & Taylor (2007); Manzano (2012), el educador social dentro de los centros de mayores tiene un papel muy importante, aun siendo ignorado por parte de las administración y la legislación, esto lleva a que se tenga que demostrar la valía de la Educación Social como agente potenciador para las personas mayores. La función de los educadores/as con mayores residentes es sobre todo ofrecer aprendizajes, hacer que las personas se impliquen en su ambiente cercano y sobre como ya he mencionado anteriormente sean protagonistas de sus vidas, algo que no puede desaparecer y por ello está siendo tan reclamado en la actualidad.

Como ya hemos ido viendo y como menciona Quintanal (2012), un educador/a social para atender a las personas mayores debe tener en cuenta varios conceptos:

calidad de vida, actividad socioeducativa, participación ciudadana y envejecimiento activo. Se busca potenciar y motivar a los mayores a participar en grupos y con ello que socialicen con sus iguales. Por otro lado, las personas quieren permanecer todo lo posible en su entorno de toda la vida, por tanto una función del educador/a es ayudar a las familias a que ejerzan los cuidados necesarios para estos, e intentar que estos mantengan autonomía y la independencia por más tiempo.

Los programas y actividades dirigidas hacia los mayores son muy valiosos para ellos, incluso lo demandan como Piedad (2012), señora que aparece en el vídeo “El educador social y las personas mayores, UNED”, en la que reclama actividades para no estar parados y sin hacer nada. “*Necesitamos actividades*”. Por otro lado y con toda la razón Pridiliana (2012) dice que en “La vejez termina y comienza una nueva etapa de la vida”.

En definitiva y como se indica en la entrevista de Radio UNED a Blanco, las intervenciones y las residencias tiene que ser adaptadas y centradas en la persona y no ser la persona la que se tenga que adaptar al centro. Asimismo, se les debe de acercar y aproximar a la comunidad con el objetivo de no ser aisladas, sino que deben ser integradas en la sociedad como cualquier persona, para lograr todo esto la figura del educador y educadora en las intervenciones a mayores es fundamental e igual de valioso que los profesionales ya existentes en los centros.

3.2. Contextualización

El Centro Gerontológico Buen Samaritano, está ubicado en Churriana, Málaga (España) en la calle Preste Juan de las Indias 4, siendo su código postal 29140. Es un lugar bastante tranquilo, en el que apenas se escuchan ruidos externos, y donde se puede llevar una vida tranquila, este centro es donde he realizado todas mis prácticas Universitarias, del grado de Educación social.

Este centro pertenece a Cáritas Diocesana de Málaga, institución religiosa que actúa tanto en Málaga como en Melilla tratando realidades de pobreza y exclusión en diferentes ámbitos. Basándome en la web de Cáritas diocesana de Málaga esta actúa en seis ámbitos.

- Acción social
- Animación Comunitaria
- Formación y voluntariado
- Empleo y economía social
- Comunicación y sensibilización social
- Centros Sociosanitarios

El Centro Gerontológico Buen Samaritano, fue creado en 1994 gracias a una familia que cedió sus terrenos, con el objetivo de acoger y asistir a personas de la tercera edad, con dificultades para valerse por sí solas y con escasos recursos económicos. Es un centro privado sin ánimo de lucro, en el que ingresan personas mayores de 65 años, con dificultades para llevar a cabo las actividades de la vida diaria, sin embargo, en este centro nos podemos encontrar con algunas excepciones.

Este es definido por Cáritas Diocesana de Málaga, como un centro dedicado y especializado en atender a personas de la tercera edad con dependencia y que necesitan ayuda para realizar las actividades de la vida diaria. En este se ofrece tres tipos de servicios, en primer lugar el de residencia (24h), centro de día, y unidad de respiro familiar. En total hay cinco salones, siendo cuatro de ellos para personas residentes y uno para personas del centro de día. La división de cada salón depende de las capacidades cognitivas que tengan cada persona, con objeto de poder ser mejor atendidas.

Los servicios que nos podemos encontrar en este centro son: ayudas técnicas, baño geriátrico, biblioteca, capilla, enfermería, gimnasio, jardín, sala de televisión, sala de visitas, sala polivalente, atención religiosa, ATS propio, centro de día, conferencias, diarios y revistas, estimulación cognitiva, excursiones, fiestas, fisioterapia, peluquería, podología, servicio de acompañamiento, servicio de transporte, servicio médico, servicio psicológico, terapia ocupacional, trabajador social, unidad de demencias/Alzheimer, y voluntariado.

A continuación, se muestran varias imágenes del salón Betania y del jardín del centro, donde se podrán realizar distintas actividades con los/as mayores procedentes de dicho salón. En la figura 1 y 2 se puede ver las distintas partes del salón donde se realizan actividades y su vida diaria. Además, cuentan con una pequeña cocina para uso propio con el objetivo de parecer una casa. En la figura 3 y 4 se muestran algunas de las zonas exteriores donde se podrá realizar actividades en el exterior.



Figura 1 (Elaboración propia)



Figura 2 (Elaboración propia)

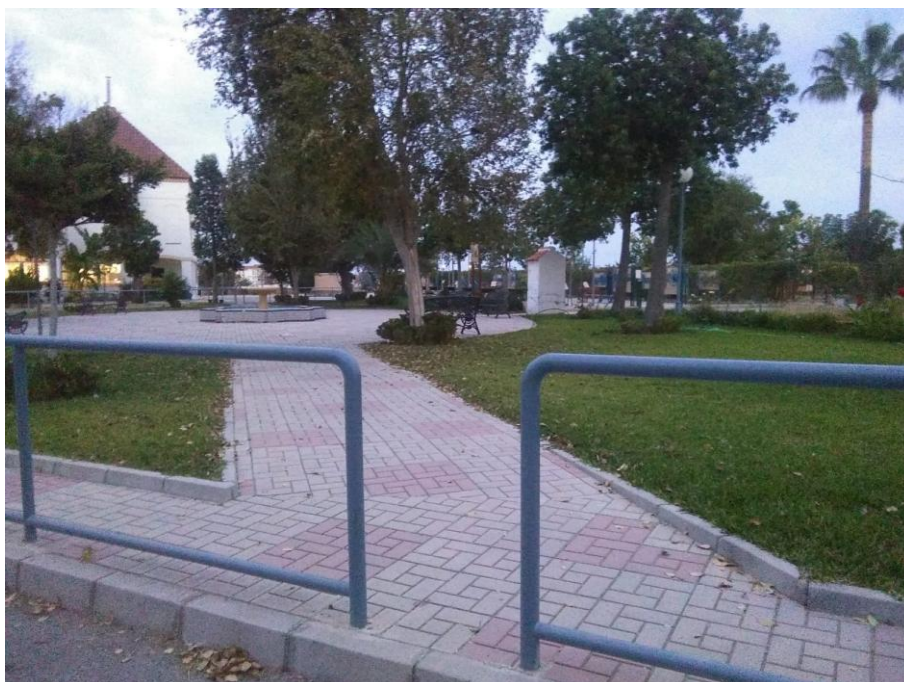


Figura 3 (Elaboración propia)

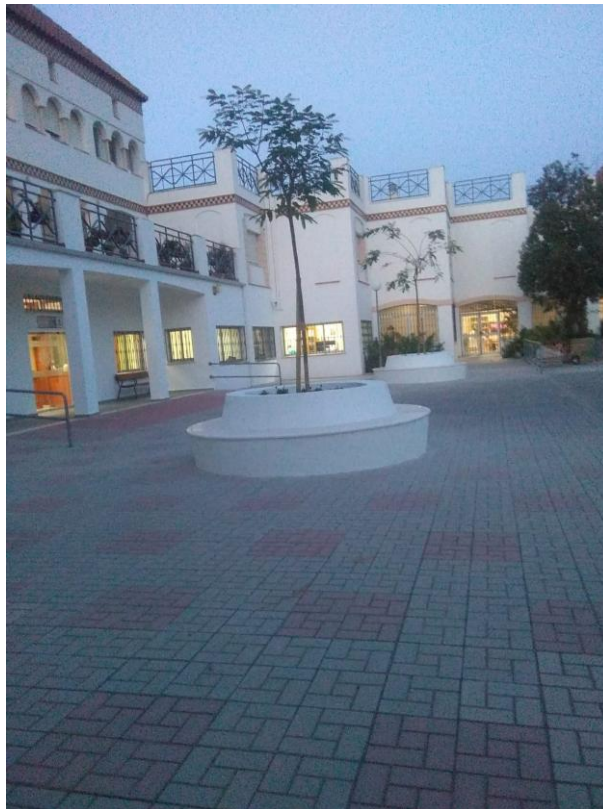


Figura 4 (Elaboración propia)

4. MARCO PRÁCTICO

4.1. Análisis de necesidades o demandas

En un centro residencial de mayores donde viven muchas personas con características, gustos, ideas, pensamientos, creencias, niveles económicos, y procedencias diferentes, es difícil la convivencia, las relaciones, y las ganas de participar en las actividades que conforman parte del centro. Por ello, es necesario

atender de manera adecuada a las necesidades que aquí se observan y a las demandas de estos/as.

Durante el trayecto de mis prácticas Universitarias en el Centro Gerontológico Buen Samaritano, he observado que ha habido un descenso en la participación de los/as mayores en las actividades del salón, sobre todo en las dos primeras semanas del prácticum 2017/2018. Por esa razón, se me ocurrió la idea de llevar a cabo una intervención para aumentar la participación y con ello mejorar las relaciones entre estos/as.

En primer lugar, para detectar la necesidades de estos/as mayores se ha realizado una observación participativa durante cuatro días en el salón, especialmente en el horario de las actividades programadas de 17:00 a 19:00h. Previamente se ha decidido que en este horario se tendrá en cuenta tanto a las personas que participaban, como las que no siendo estas últimas cuestionadas para conocer el motivo que les lleva a no participar. Las respuestas obtenidas por la mayoría de los/as mayores que no participaban era: estoy cansado/a, no me gusta la actividad, siempre es lo mismo, prefiero quedarme sentado/a viendo la televisión, etc., otros/as ni siquiera vienen al salón. Toda esta información queda recogida como dice Iñiguez (2008), en un cuaderno de anotaciones ([Véase, en anexo 1](#)) donde se tiene presente las sensaciones y las emociones que tienen los/as mayores en el momento preciso de la observación.

Por todo esto se llegó a la conclusión de que había que actuar para conseguir que estos/as mayores se animen a participar y vean este momento como algo beneficioso para ellos/as. Además, considerarlo también un momento de disfrute, entretenimiento y compartir tiempo con los demás.

Para corroborar la información recogida y obtenida en esta observación se procede a usar otra técnica del enfoque cualitativo, la entrevista. La elaboración de esta entrevista se ha basado en el siguiente proceso:

Antes de nada se ha llevado a cabo la preparación de una lista con los nombres de todos/as los/as mayores que conforman parte de este salón, con sus nombres y sus fechas de nacimiento, para poder así determinar que edades y como agruparlas para entrevistar a dichos mayores.

Exactamente son 52 personas las que conforman este salón, por ello se ha decidido realizar 10 entrevistas, siendo cinco de ellas al sexo masculino y las otras cinco al sexo femenino, para así poder tener la visión de hombres y de mujeres. La agrupación de edades ha sido: menores de 65 años (4 personas), de 65 a 75 años (9 personas), de 76 a 85 años (20 personas) y 86 años en adelante (17 personas). Para plasmar todas las edades en las entrevistas se ha determinado que se hará, una al primero grupo, dos al segundo grupo, cuatro al tercer grupo y tres al cuarto grupo.

La entrevista incluye edad, sexo, los focos en los que se basará la entrevista, una presentación donde se detalla el objetivo de esta, un total de 10 preguntas-ítems basada en los focos anteriores y por último, un agradecimiento por la participación y colaboración en la recogida de los datos. ([Véase, en anexo 2](#)) Se trata de una entrevista semiestructurada debido a que se especifican los focos, no obstante, durante su elaboración puede tener variaciones si son precisas por el entrevistador o entrevistado. Para su elaboración se pedirá permiso a los/as entrevistados/as para poder grabar su voces, en el caso de que se nieguen tomaré notas en un cuaderno.

Una vez finalizadas las entrevistas se pasa al análisis de estas, el cual se ha llevado a cabo de la siguiente manera:

Para realizar el análisis de las entrevistas, una vez transcritas se señalan las frases más relevantes y que por tanto nos sirve para nuestro tema u objeto de estudio. Para ello se ha creado una tabla donde se recojan las frases relevantes y los focos pertenecientes a cada frase. Los focos son siete, divididos en dos tiempos presente y futuro, siendo estos: conocimiento, dificultades y aportación (presente); deseo,

compromiso, dificultades y aportación (futuro). Su clasificación ha sido tal que en primer lugar se ha obtenido una “tabla acordada”, donde aparecen todas las frases clasificadas según el número que los/as mayores han ido mencionando en las entrevistas y otra tabla llamada “tabla final” ([Véase, en anexo 3](#)), donde se han agrupado las frases de la tabla acordada que se consideran iguales o que transmiten la misma información.

Los datos obtenidos muestran como casi todos los/as mayores a los que se han entrevistado saben y conocen las actividades que se llevan a cabo en el salón Betania, aunque es cierto que algunos/as han tenido que ser retroalimentados para recordar las actividades.

Por otro lado, tan solo dos personas de las entrevistadas se conforman con las actividades que ya existen en el salón. La mayoría de los/as mayores aunque no estén disgustados/as con las actividades, y no participan si propondrían nuevas o modificaría las que ya existen. Un mayor especialmente manifestó en la entrevista que no participaría, porque no le interesa lo que está propuesto. En definitiva, existe una fuerte demanda de nuevas actividades para el salón, y hacen hincapié en que si se implantarían sí participarían, eso sí siempre y cuando les interese lo que se plantee. Los resultados del análisis de las entrevistas dan lugar a la creación de un cuestionario para ser respondidos por las 52 personas que forman parte de este salón.

El proceso de elaboración del cuestionario, tiene algunos aspectos similares a la entrevista, como puede ser los distintos rangos de edad y la finalidad de este. Sin embargo, no existe la posibilidad de dividir el sexo femenino y masculino con los mismos porcentajes, debido a que el número de ambos sexos es dispar. Asimismo, se añade un párrafo explicativo de cómo se tendrá que responder los 33 preguntas-ítems que lo compone, pudiendo ser las respuestas TD (Totalmente en desacuerdo), D (En desacuerdo), A (Acuerdo) y TA (Totalmente de acuerdo). Finalmente, este cuestionario tendrá un apartado donde se podrán añadir sugerencias si la persona precisa de ello. ([Véase, en anexo 4](#))

Algunos/as mayores han necesitado ayuda para rellenar los cuestionarios, por dificultades como no saber leer o escribir. Una vez que todos hayan respondido a los cuestionarios, se analizarán mediante el paquete estadístico SPSS y se obtendrán una serie de tablas, donde se muestran los porcentajes obtenidos de los resultados de los cuestionarios, concretamente 35 tablas, diferenciándose por sexo, edad, y los 33 ítems. Los resultados de este análisis, las distintas tablas y la rejilla en la que se ha basado el análisis se encuentran en los anexos. [\(Véase en anexo 5\)](#)

4.2. Metodología

La metodología que se llevará a cabo en esta intervención será totalmente activa-participativa, dado que lo único que se pretende es que la persona pueda participar en la construcción de sus aprendizajes y conocimientos, y no ser un mero destinatario que recibe unos aprendizajes sin tener en cuenta sus necesidades, intereses y opinión de la demanda que se plantea al profesional. Ofrecer algo ya elaborado sin ver o conocer a las personas a la que va destinado es como si no se hiciera nada para ellos, pues no se ha contado con la opinión de ellos. Además, cuando una persona planifica y colabora a lo largo de todo el proceso con la ayuda de un profesional sus aprendizajes aumentarán, al igual que tomará conciencia del verdadero objetivo que se pretende conseguir con dicha intervención.

Por tanto, una metodología activa-participativa fomenta y favorece la implicación total de las personas a la que va destinada la intervención. Otro aspecto a tener en cuenta es que para crear estos aprendizajes debe de haber un consenso, donde se tenga en consideración las vivencias anteriores a esta intervención, con el objetivo de ofrecer un cambio en la manera de ver la vida, dando lugar a personas críticas y que las personas no se conformen con aquello que les concedan sino que se valore lo que realmente se demandan. (Ridao, n.d. pp. 3-4).

Los roles cambian en este tipo de metodología, el educador, pasa de ser el único que enseñe, a ser un profesional que conciba las necesidades reales de las personas, en este caso las de los mayores residentes donde se facilitan los aprendizajes y se acompañará durante todo en el proceso. A mi parecer, los cambios más importantes son los de la persona receptora de aprendizajes, es decir los destinatarios, ya que pasan de depender del educador a ser más autónomos en cuanto a la toma de decisiones, a tener una visión más crítica de la realidad, a ser una persona activa y participante tratando de no ser una persona pasiva y a la que no le interesa sus aprendizajes, a que actúen y tomen decisiones, a tener más interés, siendo el aprendizaje mucho mayor. (López, n.d.).

Por tanto, los/as mayores tomaran responsabilidades, tendrán más capacidades para resolver los conflictos que les surjan al igual que más habilidades sociales para trabajar tanto a nivel individual como grupal. Todo lo comentado anteriormente hace que opte y me decante por este tipo de metodología.

Corroborando lo dicho anteriormente, Colmenares (2012) dice: La investigación-acción participativa o investigación-acción es una metodología que presenta unas características particulares que la distinguen de otras opciones bajo el enfoque cualitativo; entre ellas podemos señalar la manera como se aborda el objeto de estudio, las intencionalidades o propósitos, el accionar de los actores sociales involucrados en la investigación, los diversos procedimientos que se desarrollan y los logros que se alcanzan.

El cuanto al enfoque cualitativo, según Taylor & Bogdan (1986) expuesto en Herrera (n.d.), valora la voz de los destinatarios y es a partir de una observación cuando surge la intervención. Por otro lado, al igual que LeCompte (1995) mencionado en Herrera (n.d.), considera algunos instrumentos como son las entrevistas, los cuestionarios y las observaciones entre otros, una buena manera de conocer la realidad de esas personas y las necesidades existentes, y sobre todo tener presente en todo

momento la colaboración y la implicación de las personas comprometidas. Se ha de contemplar lo que realmente ocurre en el contexto para llevar a cabo la intervención necesaria. Esto puede verse en la siguiente cita: “Lo real, más que lo abstracto; lo global y concreto, más que lo disgregado y cuantificado” (LeCompte, 1995, citado en Rodríguez Gómez y otros, 1996). De acuerdo con Herrera (n.d.), esta investigación busca entender las dificultades que se dan en las relaciones del ambiente en el que se pretende trabajar.

Finalizando con la metodología activa-participativa (Martínez, 2009, citado en Colmenares, 2012), alude que esta pretende que las personas sean lúcidas en cuanto a la realidad en la que vive, críticos y activos, para conseguir todo esto tienen que ser acompañados a lo largo de este proceso.

4.2.1. Muestra

Los destinatarios de esta intervención podrán ser todas las personas que se encuentren hospedadas en un centro para mayores, aunque especialmente esta vaya dirigida a los residentes del Centro Gerontológico Buen Samaritano.

Concretamente, serán beneficiados los/las mayores que se encuentran en el salón Betania, pues este centro está dividido en cinco salones dependiendo de las capacidades físicas y cognitivas que posean las personas que viven en esta casa. Esta división tiene por objetivo poder atender de la mejor manera posible a los/as mayores, recibiendo todo y cuanto necesiten.

En el salón Betania se encuentran personas con una diversidad en cuanto a sus capacidades y características, pudiéndose clasificar en totalmente dependientes ya que físicamente no pueden realizar ninguna actividad de la vida diaria sin una ayuda

externa, algunas tienen dependencia solamente en determinadas actividades, otras tienen un deterioro cognitivo, el cual es afectado por alguna demencia o pérdida intelectual y por último, nos podemos encontrar a personas con un envejecimiento normal con ciertas dolencias pero independientes en cuanto a las actividades de la vida diaria. A pesar de estas diferencias estos/as mayores están cognitivamente menos afectados que los que se encuentran en otros salones ya que he tenido la oportunidad de poder visitarlos y ver la diferencia en estos.

El número de las personas pertenecientes a este salón es de 52, con un total de 32 mujeres y 20 hombres, con edades comprendidas entre los 50 años y los 97 años. En ocasiones se admiten a personas menores de 65 años porque necesitan de la ayuda que este centro se ofrece, por ello hay personas que no cumplen el requisito de la edad. Por otro lado, para realizar la recogida de datos se ha decidido dividir las edades en cuatro grupos, siendo menores de 65 años, de 65 a 75 años, de 76 a 85 años y de 86 años en adelante.

Todas las personas que forman parte de este salón no son partícipes de las actividades, se niegan a ello y prefieren dedicarse a otras actividades fuera del salón. Sin embargo, aunque no participen físicamente se ha contado con todos ellos/as en la recogida de datos dado que forman parte de este grupo, quizás esto provoque la curiosidad de querer participar pese a que sean bastante rígidos en su decisión.

4.2.2. Instrumentos

Los instrumentos que se han usado para la recogida y análisis de datos han sido cuatro. Siendo observación participante, entrevistas, cuestionarios, y para su posterior análisis el programa estadístico SPSS. Su uso se va a detallar a continuación.

- Observación:

El primer instrumento que se ha usado es la observación, la cual no solo consiste en mirar y ver sino que tiene un objetivo y un tema que investigar, es decir, va más allá de lo visible, aunque esta solo puede basarse en el tiempo real, es decir, en el tiempo que se está llevando a cabo la observación. Como dice Chávez (2008) “Esta técnica es fundamentalmente para recolectar datos referentes al comportamiento de un fenómeno en un “tiempo presente”; y no permite recoger información sobre los antecedentes del comportamiento observado.”

De acuerdo con Campoy & Gomes (2009), para ir más allá de lo observable el observador interviene de forma dinámica en aquello que se quiere investigar, tanto a nivel externo con actividades como a nivel interno, donde interactúa sacando a la luz los sentimiento y emociones de las personas observadas y participando en actividades de la vida diaria de las personas. Por otro lado, se les ha de informar que han sido observadas y que se han hecho anotaciones de campo para recoger la información y por ello surge la utilización de otros instrumentos como puede ser la entrevista.

Siguiendo con las ideas de estos autores llevar a cabo una observación participante tiene algunas ventajas como puede ser realizar descripciones de lo que está ocurriendo en el momento y en el contexto que realmente está sucediendo. Además, se puede llevar a cabo aunque las personas que se quiere observar se muestren pasivas.

- Entrevista:

Otro instrumento utilizado es la entrevista, en la cual es necesario que interactúen al menos dos personas, una que sean el entrevistador y otra el entrevistado, aunque también es posible que se pueda realizar de forma grupal. Conforme a Campoy & Gomes (2009), la entrevista tiene como objetivo conocer sobre un tema determinado, por lo tanto, para ello se debe elaborar una serie de preguntas, donde se respondan las diferentes cuestiones a saber y conocer.

Al tratarse de una entrevista semiestructurada está abierta a nuevas cuestiones, a profundizar más si es necesario, y que la información que el entrevistado nos proporciona sea valiosa para nuestro tema de estudio.

La confianza a la hora de llevar a cabo una entrevista es primordial, pues la persona entrevistada se sentirá libre para comentar aquello que se precise sin temor alguno por lo que se pueda pensar de ello. Esto puede verse en Herrera (2008), cuando menciona que “existe una verdadera relación de confianza entrevistador-entrevistado cuando éste último aporta información personal comprometedora para él y cuando tiene suficiente libertad para preguntar al entrevistador.”

La entrevista como menciona Campoy & Gomes (2009), consta de tres fases. Una primera en la que se pide permiso al entrevistado para proceder a realizarla, en la cual se muestra la finalidad y se explicará el uso que se dará posteriormente a la información proporcionada. Una segunda fase en la que se procederá al desarrollo de dicha entrevista y una tercera en la que se finalizará con un resumen de la información recogida para comprobar si es tal y como el entrevistado la ha querido reflejar, además, de un agradecimiento por haber colaborado en la recogida de la información.

Siguiendo con las ideas de los autores anteriores para una mayor eficacia en la recogida de los datos es muy importante que se pueda grabar la voz del entrevistado o si la persona no lo permitiera que se recojan notas durante la entrevista o al finalizar esta, pues de esta manera es más difícil que la información pueda olvidarse.

- Cuestionarios:

El tercer instrumento usado ha sido el cuestionario, el cual es una técnica para recoger información a una amplia muestra de personas, en poco tiempo. Las respuestas de estas deben ser cerradas, es decir, con distintas opciones y redactadas de manera afirmativa para no dar lugar a la confusión. Herrera (2008) de acuerdo con Chávez

(2008), las preguntas o ítems deben tener una organización lógica, además de primero mostrar las preguntas más generales y conforme avanza el cuestionario se usan preguntas más específicas.

- SPSS:

El último instrumento empleado en la elaboración de esta intervención ha sido SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), se trata de un programa estadístico el cual permite extraer información sencilla y compleja para posteriormente llevar a cabo un análisis. Una desventaja bastante importante de este paquete estadístico es que no todo el mundo tiene acceso a él y si no se tiene conocimiento sobre estadística difícilmente puede usarse aprovechando todo lo que permite estudiar. Basado en Castañeda, Cabrera, Navarro y De Vries (2010).

4.2.3. Procedimientos y temporalización

La recogida de datos da lugar a realizar una intervención con estos/as mayores procedentes del Centro Gerontológico Buen Samaritano. A continuación se va a nombrar la metodología que se va a emplear a la hora de llevar a cabo cada sesión.

En la primera sesión se detallará de manera comprensible a todos los/as mayores la programación de esta intervención, mostrándoles su objetivo, finalidad y un cronograma donde se podrá ver el horario y el día de las actividades, concretamente se les mostrará el siguiente cronograma.

SEMANAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Semana 1	Sesión 1 17:00 a 18:00 horas	Sesión 2 17:00 a 18:30 horas	Sesión 3 17:00 a 18:00 horas		Sesión 4 12:00 a 13:00 horas
Semana 2	Sesión 5 17:00 a 18:00 horas	Sesión 6 17:00 a 18:00 horas	Sesión 7 12:00 a 13:15 horas		Sesión 8 15:00 a 20:00 horas
Semana 3	Sesión 9 17:00 a 19:00 horas				

Tabla 1 (Elaboración propia)

Esta propuesta está ideada para ser llevada a cabo durante lunes, martes, miércoles y viernes de dos semanas completas y para responder el cuestionario post intervención usaremos el lunes próximo a la intervención para finalizarla. En los horarios que se han estipulado se han teniendo en cuenta los horarios de comidas u otras actividades en la que los/as mayores participan.

Además, se proseguirá con una explicación de las actividades a realizar ese mismo día. Sin embargo, en las próximas sesiones, una vez que estén todos los/as mayores reunidos en el salón Betania, la sesión comenzará con una explicación de la actividad o de las múltiples actividades que están previstas para ese día. Una vez que todos hayan entendido la actividad, pasaremos a realizarla. Normalmente la duración de cada sesión será entre una hora u hora y media, tanto por las tardes como por las mañanas. A excepción de dos sesiones, por un lado la sesión número 7 dado que realizaremos la gimnasia fuera del salón y a las 13:00h tiene que estar en el comedor para comer. Y por otro la sesión número 8, que estaremos fuera 4 horas, ya que vamos a realizar una salida fuera de la residencia.

Al finalizar cada sesión se abrirá un pequeño debate donde se preguntará a los/as mayores que les ha parecido las diferentes actividades, que cambiarían o añadirían, y si les gustaría realizarlas más veces, en definitiva, la percepción que ha tenido sobre la sesión. Concretamente en la última sesión se dará un cuestionario a cada participante,

para que pueda reflejar sus opiniones en cuanto a la intervención o añadir nuevas sugerencias.

Esta intervención consta de nueve sesiones, las cuales son: [\(Véase en anexo 6\)](#)

SESIONES PROGRAMADAS	
NÚMERO Y NOMBRE DE LA SESIÓN	NOMBRE DE DINÁMICAS Y ACTIVIDADES
1º Sesión de presentación y juegos	<ul style="list-style-type: none"> – Me llamo... – ¡Al ritmo de la pelota! – ¡Yo la escuchaba!
2º Sesión de entretenimiento	<ul style="list-style-type: none"> – ¡Recíclame y úsame!
3º Sesión de cognición	<ul style="list-style-type: none"> – ¡Encesta y gana! Adaptado de Batllori (2014).
4º Sesión de ejercicio físico	<ul style="list-style-type: none"> – ¿Cómo te llamas? – ¡Moviendo el esqueleto!
5º Sesión de entretenimiento	<ul style="list-style-type: none"> – ¡Bingo especial!
6º Sesión de cognición	<ul style="list-style-type: none"> – ¡Busca la pareja! Adaptado de Batllori (2014). – ¡Escucha, recuerda y completa!
7º Sesión de ejercicio físico	<ul style="list-style-type: none"> – ¡Moviendo el esqueleto 2! – ¡Relajación en el exterior!
8º Sesión de ocio	<ul style="list-style-type: none"> – Salida “Muelle uno”
9º Sesión de cierre	<ul style="list-style-type: none"> – Cuestionario post intervención.

Tabla 2 Sesiones de actividades (Elaboración propia)

La primera sesión consiste en tomar un primer contacto con los/as mayores, crear un buen ambiente para poder trabajar los distintos aspectos, para conseguir nuestro objetivo principal. Para ello realizaremos tres dinámicas muy divertidas, y que nos ayudarán a animar a los/as mayores a participar durante toda la intervención.

Las sesiones de entretenimiento, consisten en realizar una serie de juegos que nos permita pasar tiempo de una manera agradable y divertida, en la que podamos compartir con los demás y abrirnos emocionalmente.

En las sesiones de ejercicio físico se realizarán una serie de actividades que beneficiaran a nuestro cuerpo. Nuestro objetivo principal ante este tipo de actividad es mostrarles la importancia de mantener una vida activa, y sobre todo la importancia de realizar una respiración correcta.

Las sesiones de cognición, trata de mantener activa la mente de los/as mayores, realizando actividades en las que sin darse cuenta podrán recordar y memorizar de una forma más agradable, y sin pensar que están realizando una actividad para ejercitar la memoria, aunque sí estarán al tanto de ello.

La penúltima sesión, ocio, consiste en realizar una excursión con el objetivo de salir de la rutina, de visitar un lugar nuevo para algunos, de disfrutar del aire fresco y para motivarlos más a participar se tomarán un helado allí mismo. Para la organización de esta actividad se necesita voluntarios que nos ayuden a llevar a los/as mayores que están sentados/as en sillas de ruedas, y a los voluntarios de cruz roja que nos proporcionaran los autobuses adaptados, las plazas de estos dependerán de los que nos puedan ofrecer Cruz roja.

La última sesión es dedicada a responder un cuestionario para poder realizar una evaluación final de los resultados que ha tenido esta intervención en los mayores. Se realizan preguntas sobre las actividades y sobre el trato recibido a lo largo de toda la intervención. Se ha tenido en cuenta los mismos perfiles de los/as residentes, aunque solo lo tendrá que responder aquellas personas que si han participado en las actividades, por lo tanto en cada sesión se tendrá que anotar en un cuaderno las personas que sí han participado, para poder concluir con el cuestionario.

5. PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN

La evaluación que se llevará a cabo en esta propuesta de intervención consta de tres fases: inicial, intermedia y final, idea basada en el documento “La evaluación de programas de intervención socioeducativa” de Oña (2010). El cual argumenta a lo largo de todo su documento la importancia de una evaluación procesual, siendo no solo al final de la intervención sino durante todo el proceso, desde que comienza hasta que finaliza.

Por el contrario, si en esta intervención solo hubiese una evaluación final, los destinatarios de esta intervención no podría comunicarse de igual modo con el/la profesional, pues quizás al no tener la oportunidad de opinar, no se atreverían a juzgar lo que se está ejecutando. Esta intervención pretende contar con la opinión de sus destinatarios pues que mejor que estos estén implicado en todo el proceso llevado a cabo, son quienes tienen la necesidad y nadie conoce mejor que ellos/as sus verdaderas carencias.

En primer lugar, la evaluación inicial se ha llevado a cabo a partir de las entrevistas y el primer cuestionario realizado, que además de servir para el análisis de las necesidades, es el que nos indica cómo se encuentran y que percepción tienen los/las mayores en un primer momento, antes de iniciar y crear las diferentes actividades. Estos se encuentran en los anexos 2 y 4 ya mencionado anteriormente.

En segundo lugar tras acabar cada sesión, se preguntará a los participantes de las actividades que percepciones han tenido ante las dinámicas realizadas, que mejorarían, que incluirían o si tienen alguna sugerencia que informar. Estas preguntas se realizarán de manera grupal para comprobar si el objetivo general de esta intervención se está cumpliendo, además de los específicos de cada actividad o dinámica. Las respuestas las iré anotando en un cuaderno que posteriormente se transcribirán a la tabla de evaluación intermedia correspondiente. [\(Véase, en anexo 7\)](#)

En tercer lugar, nos encontramos con la evaluación final en la que individualmente todos los participantes deberán responder a un cuestionario para comprobar la satisfacción de la intervención, si se ha cumplido el objetivo principal de la intervención y además obtener una retroalimentación por parte de los/las residentes del trabajo que ha llevado a cabo la persona que imparta dicha intervención, siendo en este caso una Educadora Social. Considero esencial que los profesionales recibamos las opiniones por parte de nuestros participantes, debido a que seremos conscientes de lo realizado no desde nuestra percepción sino de una visión exterior. Por otro lado, es primordial conocer los pensamientos de los demás para que en futuras intervenciones tengamos en cuenta los errores cometidos y así mejorar en nuestra práctica profesional.

Un profesional aunque tenga muchos años de experiencia no puede hacer todas sus intervenciones perfectamente y con unos resultados óptimos, debido a la heterogeneidad de cada persona con la que se trabaja, no hay una persona igual otra y por lo tanto nuestras necesidades son diferentes. Por ello, los profesionales no pueden hacer uso de una misma técnica o idea para todas las personas. Idea fundamentada en Álvarez (2017), cuando menciona la importancia de la evaluación en las competencias de los profesionales, es decir, si nos evaluamos y recibimos una retroalimentación de los otros mejoraremos nuestras competencias y seremos mejores profesionales, ya que seremos dinámicos en cuanto a nuestra práctica diaria.

6. ANÁLISIS DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Realizar un análisis de la intervención llevada a cabo no es posible, ya que este Trabajo Fin de Grado se trata de una propuesta de intervención, no obstante se puede comparar con otros programas en los que se trabajen los mismos objetivos. Esta comparación ayudará a ver las posibles carencias y déficits que se hayan dado en las distintas sesiones planteadas, para lograr el objetivo principal. Además, estas nuevas sugerencias serán muy interesantes a tener en cuenta para futuras intervenciones, cualesquiera que sean los destinatarios.

En primer lugar, basándome en el programa de Fortuño (2010), considero que en las distintas sesiones, sobre todo en las de ejercicio físico, solo se han propuesto actividades para realizarlas individualmente por el grupo al completo, teniendo en cuenta las capacidades de las personas con poca movilidad y olvidándome de las pocas que sí pueden realizar ejercicios que requieran de más esfuerzos físicos. Por tanto, una modificación sería que en los ejercicios físicos se dividieran los participantes en dos grupos, aquellos que sí puede moverse con facilidad y los que necesitan adaptaciones en los ejercicios.

En principio mi idea al plantear los ejercicios físicos de forma grupal es que todos los residentes participen y se relacionen entre sí para que al compartir un momento todos juntos las relaciones mejoren, sin tener en consideración a las personas con movilidad y que por el contrario, promueva la no participación en las actividades.

Por otro lado, haciendo referencia al mismo autor, las relaciones de los mayores se potenciarían aun más en la realización de ejercicio físico, si algunas de las actividades se hicieran en pareja o en pequeños grupos, donde los mayores se ayuden entre sí. Esto ayudaría a la mejora de las relaciones y a algunos valores como el respeto, la tolerancia, es ser educados con los demás, etc. Fortuño (2010) menciona que “El

movimiento puede ser utilizado como un medio de dinamización entre los diferentes componentes del grupo” (p. 87).

Otro aspecto a mejorar en las actividades es que estas vayan dirigidas para otro objetivo como es el desempeño de las actividades de la vida diaria, siendo algunos ejemplos abrir un cajón, enjabonarse sin ayuda externa, usar silla de ruedas tradicional en la que haya que usar la fuerza de los brazos, etc.

Por último, de acuerdo con Pinazo (2010), no he tenido en cuenta el potenciamiento de la memoria en las sesiones, siendo algo esencial recordar las dinámicas y sesiones anteriores. Esto aunque parezca algo fácil de recordar habrá mayores a quienes les resulte difícil recordar lo que hicieron hace una semana o incluso un día atrás.

Todos estos detalles comentados anteriormente no están incluidos en mi propuesta de intervención, aunque sería imprescindible que estuvieran presentes para propuestas futuras.

Asimismo, esta propuesta puede ser apta para trabajar con distintos destinatarios, ya sea infancia, adolescencia, jóvenes, adultos, o mayores con diferentes problemáticas, y con la necesidad de una gran motivación para participar en la comunidad a través de actividades. Sin embargo, hay que tener en cuenta que cada persona es diferentes, y por tanto las actividades serán modificadas ya que estas han sido pensadas y adaptadas a las características y capacidades de los/as mayores del Centro Gerontológico Buen Samaritano.

7. CONCLUSIONES

Este Trabajo de Fin de Grado, muestra muchos de los conocimientos que he ido adquiriendo en diferentes asignaturas a lo largo de carrera. Estos conocimientos para mí persona son considerados fundamentales para el desarrollo de cualquier intervención dirigida a cualquier destinatario. Toda la información buscada e investigada en la que me he basado para realizar y fundamentar esta propuesta, me ha hecho entender los múltiples modos de trabajar con las personas. Además, de determinar cuáles son mis ideas y principios para ejercer mi trabajo como Educadora Social.

A pesar a lo comentado previamente, soy consciente que las personas vamos evolucionando en el tiempo, y que dentro de unos años habrá otros modos de educar a los individuos. Desde mi punto de vista, la mejor forma de trabajar y dirigirnos hacia los demás es la que he ido comentando a lo largo del trabajo, es decir, tener en cuenta a la persona durante todo el proceso, ya sea en la recogida de datos, planificación, desarrollo y evaluación de la intervención. Pese a mi opinión y consideración actual, en un futuro surgirán otros modos de actuar con las personas, al igual que durante la experiencia iré adquiriendo habilidades para trabajar, los cuales lograrán de manera complaciente los objetivos previstos.

Esta intervención me ha brindado la oportunidad de acercarme aun más a los mayores del Centro Gerontológico Buen Samaritano, ya que he podido interactuar con ellos de una forma más profunda y cercana. En la que hemos creado un clima de confianza adecuado para conseguir que estos puedan ser libres de opinar lo que ellos deseen, mostrándoles la gran relevancia e importancia de sus opiniones y que es válida sea cual fuere, respetando y estudiando cómo hacer posible para lograr o solucionar lo que se ha solicitado.

Siguiendo con lo anterior, en la búsqueda de otros programas para comprobar si en este se tendrían que mejorar algunos aspectos, me he percatado de la necesidad que existe de contar con las críticas y opiniones de los mayores, cosa que no tienen en cuenta. En cambio, esta propuesta lo ha tenido presente desde el primer segundo en que se decidió realizar esta intervención. En muchas ocasiones, los programas o intervenciones ya se ofrecen planificados, incluso algunos con obstáculos para no modificar errores que visiblemente hay que mejorar.

Las residencias de mayores necesitan que a menudo se efectúen diversos cambios, con la finalidad de que no caigan en la monotonía de horarios y actividades. Por ello, nos encontramos con una amplia posibilidad de programas, actividades que los mayores pueden realizar, incluso las que sus capacidades les impidan participar ya que estas pueden ser transformadas para conseguir una mayor adaptación e inclusión de estos en nuestra sociedad, a través de la participación, tanto en la casa como fuera de esta (fuera del centro).

Me siento muy satisfecha con los resultados de esta propuesta de intervención, y considero que al llevarse a cabo se obtendría unos resultados bastante exitosos. Desde mi punto de vista, pienso que la mejor manera de educar a los otros es teniendo en cuenta cada una de sus opiniones, dado que una intervención no puede dejar olvidada a la persona a la que va dirigida, dado que esta es la protagonista y así debe ser. Además, debe ser creada a partir de sus ideas y necesidades, y no como una simple actividad, por ello, tiene que tener marcados los objetivos que se quieren alcanzar. En definitiva, esta intervención busca la personificación y no el ofrecer algo ya predeterminado.

Para finalizar, voy a ser mención a una cita, donde se opina que la educación es un proceso permanente, y no solo durante la etapa de la niñez. Todas las personas a lo largo del día aprenden algo nuevo, algo que ocurrirá hasta el día que la persona fallezca. “La educación es un proceso que no termina nunca” Aldecoa citado en el libro de Álava & Aldecoa. (2013).

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abades Porcel, M & Rayón Valpuesta, E. (2012). El envejecimiento en España: ¿un reto o problema social? Scielo, 23 (4), pp. 151-155. Recuperado de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2012000400002

Álava, M. J. & Aldecoa, S. (2013). La buena educación. La esfera de los libros.

Almenar, M.N. y Valera, S. (2009). Educación a lo largo de la vida en la Unión Europea y los organismos internacionales. En Murga, M.A. (ed.). *Escenarios de innovación e investigación educativa*. Madrid: Universitas, 253-266. Barnes, M. y

Álvarez Fernández. A. (2017). *El desempeño profesional del Educador y la Educadora Social: Funciones, competencias y creencias de autoeficacia*. (tesis doctoral). Recuperada de https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/678291/alvarez_fernandez_ana_maria.pdf?sequence=1

Anaut Bravo, S., Caparrós, N. & Calvo Miranda, J. J. (2008). II Plan de Lucha contra la Exclusión Social en Navarra. Diagnóstico de la Exclusión social en Navarra. Personas mayores y exclusión social. Recuperado de https://www.unavarra.es/digitalAssets/168/168636_10000003-Personas-mayores-y-exclusion-social-PDF.pdf

Batllo, J. (2014). Gimnasia mental para mayores. 101 Juegos para mejorar y reforzar la memoria y la atención. Madrid: Narcea.

Benito Martínez, J. & Vicente Calderón, F. (2012). Intervención Socioeducativa con personas mayores. Recuperado de <http://www.um.es/documents/1711782/1714101/tema6.pdf/6ec2e831-b40a-4744-bef9-7d600952db4a/>

Bermejo, L. (2010). Pedagogía Gerontológica y buenas prácticas socioeducativas con personas mayores. En Bermejo García, L. del autor, *Envejecimiento Activo y Actividades Socioeducativas con Personas Mayores*. Guía de buenas prácticas, 1ª ed, pp. 3-10. Madrid: Médica Panamericana.

Campoy Aranda, T. J. & Gomes Araújo, E. (2009). *Técnicas e Instrumentos cualitativos de recogida de datos*. (tesis doctoral). Recuperado de <https://upla.edu.pe/web/wp-content/uploads/2017/12/2-upla-instrumentos-cualitativos-de-datos.pdf>

Castañeda, M. B., Cabrera, A. F., Navarro, & de Vries, W. (2010). *Procesamiento de datos y análisis estadísticos utilizando SPSS*. (Edipucrs). Recuperado de <http://www.pucrs.br/edipucrs/spss.pdf>

Chávez de Paz, D. (2008). Conceptos y técnicas de recolección de datos en la investigación jurídico social. Recuperado de https://www.unifr.ch/ddp1/derechopenal/articulos/a_20080521_56.pdf

Colmenares E, A. M. (2012). Investigación-acción participativa: una metodología integradora del conocimiento y la acción. *Voces y Silencios: Revista Latinoamericana de Educación*, 3 (1), pp. 102-115. Recuperado de <https://revistas.uniandes.edu.co/doi/pdf/10.18175/vys3.1.2012.07>

Cordero del Castillo, P. (2006). Situación Social de las personas mayores en España. *Buleria Unileón*, Vol (5), pp. 161-195. Recuperado de Http://Buleria.Unileon.Es/Xmlui/Bitstream/Handle/10612/1493/Hum5_Art8.Pdf?Sequence=1

De Oña Cost, J. M. (2010). La evaluación de programas de intervención socioeducativa. En J. M. de Oña Cost (autor), *Educación de calle y desarrollo comunitario. Una experiencia educativa en contextos de exclusión*, (pp. 107-129). Madrid, Cáritas.

De Rosnay, J. (1988). *Qué es la vida*. Biblioteca Científica Salvat. Barcelona.

Domínguez Fernández, C. (2014). Institucionalización de mayores: Ingreso y adaptación desde la óptica de los familiares. (Trabajo fin de grado). Recuperado de <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2762/dominguez%20fernandez.pdf?sequence=1>

Elizari, C., Furiel, M. J. & Aizpiru, E. (n.d.). De Residencias para la tercera edad a Centros Gerontológicos. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2698884.pdf>

Férez Campos, M. (2017). Intervención socioeducativa dirigida a personas mayores. Publicaciones didácticas, 80, pp. 108-113. Recuperado de <http://publicacionesdidacticas.com/hemeroteca/articulo/080019/articulo-pdf>

Fortuño, J. (2010). Programas para la realización de actividad física. En L. Bermejo García (Ed.), *Envejecimiento Activo y Actividades Socioeducativas con Personas Mayores: guía de buenas prácticas*, 1º Ed, (pp. 85-94). Madrid: Medica panamericana.

Goffman, E. (1970). Internados, Buenos Aires, Amorrortu.

Herrera, J. (2008). La investigación cualitativa. Recuperado de <https://juanherrera.files.wordpress.com/2008/05/investigacion-cualitativa.pdf>

Instituto de Mayores y Servicios Sociales. (n.d.). Esperanza de vida al nacer por edad y sexo, 1900- 2030. Recuperado de http://www.espaciomayores.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/im_064409.pdf

Instituto Nacional de Estadística (2018). Población (españoles/extranjeros) por edad (grupos quinquenales), sexo y año. Recuperado de <http://www.ine.es/jaxi/Datos.htm?path=/t20/e245/p08/10/&file=02002.px>

Iñiguez, L. (2008). Métodos cualitativos de investigación en ciencias sociales. Recuperado de <http://psicologiasocial.uab.cat/lupicinio/index.php/documentos/category/1-materiales?download=17:observacion-participante>

López Noguero, F. (n.d.). Metodología Participativa. Recuperado de http://www.um.es/c/document_library/get_file?uuid=4354749b-a339-4ebe-9288-f0eb2d72c794&groupId=316845

Lowen, A. (1970). El placer de estar plenamente vivo. *La experiencia del placer*, Paidós, pp. 33-62. Buenos Aires.

M. Foucault, M. (1978). Vigilar y castigar, Madrid.

Malagón B, J. L. (1995). La intervención del educador social en los servicios sociales comunitarios en relación con la tercera edad. *Pedagogía Social Revista Inter Universitaria*, 12 pp. 69-82.

Martínez, M. (2009). Ciencia y arte en la metodología cualitativa. México: Trillas.

Martínez Rodríguez, S & Gómez Marroquín, I. (2010). Programas para el desarrollo personal por medio del ocio. En L. Bermejo García (Ed.), *Envejecimiento Activo y Actividades Socioeducativas con Personas Mayores: guía de buenas prácticas*, 1º Ed, (pp. 259-271). Madrid: Medica panamericana.

Moreno González, A. (2005). Incidencia de la Actividad Física en el adulto mayor. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 5 (19), pp. 222-237. Recuperado de <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista20/artvejez16.htm>

National Institute on Aging. (2014). Ejercicios de fortalecimiento para adultos mayores. En U .S Department of Health & Human Services. Recuperado de <https://www.nia.nih.gov/health/ejercicios-fortalecimiento-adultos-mayores>

Pia Barenys, M. (n.d). Un Marco Teórico para el Estudio de las Instituciones de Ancianos. Universidad Autónoma de Barcelona. (pp. 156-158) Recuperado de http://ih-vm-cisreis.c.mad.interhost.com/REIS/PDF/REIS_064_08.pdf

Pinazo Hernandis, S. (2010). Programas para trabajar la memoria. En L. Bermejo García (Ed.), *Envejecimiento Activo y Actividades Socioeducativas con Personas Mayores: guía de buenas prácticas*, 1º Ed, (pp. 171-179). Madrid: Medica panamericana.

Pinazo, S., Lorente, X., Limón, R., Fernández, S. & Bermejo, L. (2010). Envejecimiento y aprendizaje a lo largo de la vida. En Bermejo García, L. del autor, *Envejecimiento Activo y Actividades Socioeducativas con Personas Mayores: guía de buenas prácticas*, 1ª ed, (pp. 3-10). Madrid: Médica Panamericana.

Quintanal Díaz, J., Goig Martínez, R. M., Trillo Miravalles, M. P., Mata Benito, P. & Cuenca París, E. (2012). El educador social y las personas mayores. UNED.

Real Academia Española. (2018). Edad. Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=EN8xffh>

Real Academia Española. (n.d.). Vejez. Recuperado de <http://dle.rae.es/srv/fetch?id=EN8xffh>

Ridao, M. (n.d.). Metodología Activa-participativa. En *Scribd*. Recuperado de <https://es.scribd.com/doc/88699020/Metodologia-Activa-Participativa>

Rodríguez Gómez, G. & otros. (1996): Metodología de la investigación cualitativa. (pp. 31-32).

Ruiz, V. (31 de julio de 2009). 16 causas y 7 consecuencias del envejecimiento de la población mundial. *ForumLibertad.com*. Recuperado de <http://www.forumlibertas.com/16-causas-y-7-consecuencias-del-envejecimiento-de-la-poblacion-mundial/>

Spijker, J. & Zueras, P. (2016). El cuidado a los mayores en un contexto de envejecimiento y cambio social, político y económico. *Panorama Social*, 23, pp. 109-124. Recuperado de http://www.funcas.es/publicaciones/viewarticulo_PDF.aspx?IdArt=22552

Tarrés Chamorro, S. (2002). Vejez y sociedad multicultural. *Gazeta de Antropología*, 18 (5), pp. 1-8. Recuperado de http://www.ugr.es/~pwlac/G18_05Sol_Tarres_Chamorro.html

Taylor, S. (2007). Involving Older People in Research: Examples, Purposes and Good Practice. Sheffield: ERA-AGE.

Toledano, A. L. (2004). Hacia el equilibrio de la población mundial el equilibrio demográfico y la ética Cristiana. Editorial: Desclée de Brouwer 1ª Edición UNED Radio. (15 de octubre de 2015). *Educación Social en el ámbito de las personas mayores*. [Archivo de vídeo]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=vXdVpVmDekrc>

Zimmerman, M. (2000). Empowerment Theory. En J. Rappaport & E. Seidman (Eds). *Handbook of Community Psychology* (pp. 43-63). New York, NY: Kluwer.

9. REFLEXIÓN SOBRE EL PROCESO DE APRENDIZAJE EN EL GRADO

El grado de Educación Social en la Universidad de Málaga, me ha transmitido muchos aprendizajes y conocimientos tanto a nivel personal como profesional. Son muchos los aprendizajes que diariamente he ido adquiriendo durante todas las asignaturas y prácticas, por ello, lo más probable es que no pueda reflejar todos en esta reflexión, ya que mucho de estos han sido tan automatizados que ni siquiera me doy cuenta de que he llevado esas ideas a mi vida personal.

Los cuatro años de carrera me han hecho sobre todo, ser mejor persona, ya que me he autoconocido de una manera que no hubiera sido así si no es por la carrera, ya que tengo presente mi identidad y sobre todo tengo muy vigente las ideas y valores que me representan como persona.

He de aclarar que antes de entrar en la carrera, no esperaba recibir clases alternativas, nunca las había tenido y por ser sincera, no era consciente de los resultados tan buenos que puede llegar a tener una clase diferente, con profesores diferentes y sobre todo con una filosofía totalmente educativa, dinámica y de la que se aprenden muchos valores.

Desde mi punto de vista esta manera de recibir e impartir clases o educar, es una buena práctica, en la que todos aprendemos de todos y no hay nadie superior que te dicte unas normas que deben ser cumplidas y que el alumno no tiene voz. También he decir que no todas las asignaturas han tenido esta metodología a la hora de llevar a cabo las clases, pero que también ha sido positivas, dado que de estas se aprende igualmente siendo un ejemplo de algo que en mi futuro profesional no quiero realizar.

En los dos tipos de clase he aprendido mucho, pero los conocimientos se asientan mejor si la clase es alternativa pues todos interactuamos, debatimos, creamos

nosotros mismos el material, etc. En definitiva, los conocimientos se asimilan más si hay otro tipo de clima en clase, un clima adecuado y de confianza, incluso divirtiéndonos y haciendo el aprendizaje más llamativo para nosotros. Observar la manera de impartir las distintas asignaturas me ha hecho determinar cómo quiero ser en un futuro cuando comience a dedicarme a la Educación. Y tengo claro que seré una educadora, donde los conocimientos sean múltiples y el aprendizaje sea de todos, donde se tendrá en cuenta a las personas por encima de todo.

Una de las habilidades que tengo como persona y que me facilitará mi labor como educadora es la paciencia, ya que soy una persona que no se altera fácilmente con las situaciones, sino que siempre busco el lado positivo de la cosas e intento buscar alternativas para solucionar los problemas que surjan. Siempre trato a las personas con educación y sobre todo escuchándolas ya que es muy importante para conseguir que se sientan valoradas, y considero que es el primer paso para una buena transmisión de la educación.

En las prácticas universitarias he aprendido muchas cosas, pero una de ellas ha sido a través de la ausencia, pues he notado en las últimas prácticas como cuando te detienes a hablar con una persona y le muestras interés da lugar a que te cuenten sus emociones y sentimientos. Transmitir esa confianza a los demás me hace sentir plena, y me sorprende cuando algunas de estas personas me han dicho que soy la única que se ha sentado para interesarme sobre sus vidas. De modo, que es necesario tener una mayor atención hacia las personas con las que se trabaja, emplear tiempo en ellas es fundamental, a veces, incluso más que diseñar una intervención si el motivo de realizarla no tiene una verdadera necesidad, por lo que la escucha activa es de gran relevancia, sobre todo que a partir de aquí surjan las intervenciones, ya que estas necesidades serían reales.

Por otro lado, las prácticas universitarias me han hecho comprobar aun más que el colectivo de personas al que me quiero dedicar son los/as mayores. Además, la

práctica requiere de mucho aprendizaje previo, y sin ellas no vemos realmente lo que hemos ido aprendiendo en las distintas asignaturas. Hay que tener muchas cosas en cuenta, por ejemplo tener una relación de confianza pero a la misma vez que no vaya más allá de lo profesional. Esto es bastante difícil ya que hacer que confíen en ti y separar eso del cariño que se produce durante todo el periodo de prácticas es complicado y algo que tenemos que asimilar y poner en práctica. Asimismo, he tenido cierta libertad con los mayores algo que me ha hecho sentir bien, y he podido actuar con ellos sin apenas barreras por parte de la residencia.

Los educadores, desde mi punto de vista, debemos tratar a las personas desde la sinceridad, desde la paciencia, enseñándoles los múltiples caminos que existen para salir de la exclusión, ayudar a seguir desarrollándose como personas o a solucionar algún problema en el que se encuentre. Los educadores tenemos que enseñar todos estos caminos, pero sin influenciar con nuestros ideales y pensamientos, debemos enseñar desde la neutralidad. Con este tipo de enseñanza y transmisión de aprendizajes la persona será más libre, y podrá tomar sus propias decisiones, no serán personas dependientes de la familia, de amigos, de nuestra sociedad. Este tipo de aprendizaje se conseguirá acompañando a la persona en el camino, mostrándole habilidades y herramientas que pueden usar para conseguir ser más libres, más crítico con lo que le rodea, donde nadie se interponga en sus propias elecciones. Algo a concretar es que no es necesario tener un problema para ser acompañados, tenemos que acompañar a lo largo de la vida y en todas las edades.

El acompañamiento es fundamental en la educación social, tenemos que conseguir que las personas sean independientes y con ello que también lo sea de nosotros mismos. Poco a poco conforme la persona vaya adquiriendo ese poder de reflexionar sobre lo que ocurre a su alrededor, nosotros como educadores tenemos que distanciarnos, para que pueda seguir avanzando sola. Una persona únicamente podrá cambiar la situación en la que se encuentra si es consciente de ella.

Igualmente un educador debe conocer a la persona, escucharla, tener una primera toma de contacto antes de tomar decisiones que le pueden afectar para toda la

vida. Debemos de emplear una educación individualizada, donde la persona sea la protagonista y los aprendizajes sean creados y transmitidos únicamente para ella. Lo más común es que dos personas no aprendan del mismo modo por lo que hay que adaptar esa educación para dar las mismas oportunidades.

En la educación social también es muy importante la manera en la que hablamos y transmitimos los mensajes a lo demás, es decir, tenemos que hablar siendo asertivos para dar buen ejemplo y que obtengan la manera de no ofender a los otros. La asertividad es algo complicado para personas impulsivas, ya que les será más difícil incluirlo a su vida.

En muchas asignaturas he aprendido a romper esquemas preconcebidos, he desaprendido y aprendido, tanto de profesores/as como compañeros/as. Escuchar otras opiniones hace que me replantee si mis ideas realmente son las que considero buenas, o si incluyendo otros aspectos que mi compañeros/as o mis profesores/as han tenido en cuenta se enriquecerían mis ideas previas.

Algo que he cambiado a partir de una asignatura ha sido los prejuicios y estereotipos, todos tenemos juicios sin conocer a las personas y eso no lo podemos negar. Estos cambios me hacen ser mejor persona y no juzgar a la persona por sus apariencias o ideas ya que todas somos válidas o no son peores o mejores por ser diferente. Aunque haya suplido muchos de los prejuicios que tenía, todavía me queda por realizar un trabajo profundo y esto lo iré haciendo a partir de la reflexión y las situaciones que me vayan surgiendo.

Los prejuicios hacen mucho daño a nuestra sociedad, provocando marginalidad y exclusión. Tenemos miedo a lo diferente y por tanto, lo primero que hacemos es apartar a todas las personas por el simple hecho de ser distintos a nosotros.

Otro aprendizaje que he tenido durante todos estos años, ha sido trabajar en grupo y todo lo que conlleva este trabajo. En un futuro compartiremos trabajo con otros/as profesionales y es de mucha importancia ayudarnos entre todos, congeniar con nuestros/as compañeros/as, pues no siempre vamos a encajar bien pero hay que tratar de hacerla el trabajo lo mejor posible, todo ello para conseguir el fin y objetivo. Por esa razón, debemos de ceder en determinadas situaciones, ser responsable de nuestros trabajos pues todo dependerá de todos.

Por añadidura, también me ha enseñado distintas herramientas a usar para detectar necesidades, diseñar, planificar y evaluar entre las cuales están las historias de vida, entrevistas, cuestionarios, test, paquete estadístico SPSS, entre otros, los cuales son fundamentales para crear buenas investigaciones e intervenciones.

En pocas palabras estudiar esta carrera, me ha hecho sentirme totalmente segura, me ha ayudado a ser más independiente y ver distintas formas de educar, y sobre todo comprender la realidad en la que estamos viviendo. No obstante, este es el final de un comienzo, ya que para ser una buena profesional tengo que seguir formándome, y sobre todo aprender a través de la experiencia e interiorizando los aprendizajes tanto de las ausencias como de su presencia.

ANEXOS

ANEXO 1. Cuaderno de anotaciones

CUADERNO DE ANOTACIONES

Tras percatarme durante las dos primeras semanas de prácticas que la participación en los mayores es escasa siendo 52 personas la que forman parte de este salón, decido observar quienes participan de manera activa y quienes no, realizando anotaciones en un cuaderno y luego traspasar esos datos recogidos a la siguiente tabla.

Día 31 de octubre de 2017

JUEGO: BINGO	
Participan: 12 personas	
Personas no participantes	Motivo
1 persona	Se encuentra sin ánimos por ello no tiene ganas de participar, aunque se le anime.
2 persona	No le gustan los juegos.
4 personas	Quieren ver la televisión.
1 persona	Quiere leer.
1 persona	No le apetece quiere estar tranquilo.
Los demás no se encuentran en el salón	Se encuentran realizando otras tareas, en sus habitaciones, dando un paseo, etc.

Día 6 de noviembre de 2017

JUEGO: DIANA	
Participan: 13 personas	
Personas no participantes	Motivo
2 personas	No les gusta jugar.
5 personas	Prefieren ver la televisión.
1 persona	Quiere ver vídeos en su tableta.

Los demás no se encuentran en el salón	Se encuentran realizando otras tareas, en sus habitaciones, dando un paseo, en la entrada, etc.
--	---

Día 7 de noviembre de 2017

JUEGO: BINGO	
Participan: 10 personas	
Personas no participantes	Motivo
1 persona	Quiere realizar otras tareas.
2 personas	Quieren ver la televisión.
2 personas	No les gusta jugar.
2 personas	No tiene ganas de jugar
1 persona	Quiere estar tranquila.
Los demás no se encuentran en el salón	Están realizando otras tareas, paseando, en la entrada charlando con otras mayores, no hacen vida en el salón, etc.

Día 13 de noviembre de 2017

JUEGO: BINGO	
Participan: 12 personas	
Personas no participantes	Motivo
3 personas	Prefieren estar viendo la televisión.
2 personas	No tienen ganas de jugar.
2 personas	No les gusta jugar a este juego.
3 personas	Prefieren estar en la entrada de la residencia.
1 persona	No quiere participar porque está esperando una visita.
Los demás no se encuentran en el salón	Están realizando otras tareas, paseando, en la entrada charlando con otras mayores, no hacen vida en el salón, etc.

ANEXO 2. Protocolo de entrevista

Protocolo para recoger las entrevistas en base al tema: Fomento de la participación en residentes del Buen Samaritano.

DDNS de las actividades para Fomentar la participación en residentes del Buen Samaritano. (10 entrevistas)

PERFIL:

Femenino: (50%) ☐ y Masculino: (50%) ☐

Edad: - 65 años ☐ 65-75 años ☐ 76-85 años ☐ 86- más años ☐

FOCOS:**Pasado-presente:**

- 0) Percepción/conocimiento. (Que sienten y que conocimiento tiene sobre las actividades que se realizan.).
- 1) Dificultades. (Participan/no participan, porque no participan, participación forzada, etc. Obtener grado de satisfacción.)
- 2) Que aportación te da las actividades. (Por que no te aporta)

Presente-futuro:

- 3) Actividades a proponer (deseo) y en cuales te comprometerías si se llevasen a cabo en la residencia (compromiso).
- 4) Dificultades a superar para participar.
- 5) Que aportación te daría las actividades que has propuesto.

PRESENTACIÓN:

Buenos días/buenas tardes, soy Dolores Codes López, alumna de 4º de Educación Social, estoy realizando una investigación sobre las necesidades en relación a las actividades que se podría llevar a cabo en la residencia.

Por tanto solicito y agradezco tu participación y colaboración, así mismo con objeto de atender a todas tus indicaciones voy a grabar esta conversación, comprometiéndome a respetar la confidencialidad de toda la información que me aporte, de manera que no aparecerá ningún dato concreto personal.

Mi finalidad es obtener toda la información posible sobre las necesidades que os surgen en cuanto a las actividades que se establecen en el centro a lo largo de toda la semana y nuevas que puedan surgir, por lo que me gustaría realizarte una entrevista semiestructurada, es decir, te preguntaremos una serie de preguntas y a partir de las respuestas localizaremos los aspectos más significativos, ayudándome a crear el objetivo de profundizar más en el diagnóstico de estas necesidades. Por favor, respóndeme con total sinceridad a las siguientes cuestiones, la entrevista no nos llevará más de diez minutos.

¿Está de acuerdo en participar en esta entrevista? Muchas Gracias

POSIBLE PREGUNTAS DE INICIO:**Pasado-presente**

1. Me podrías comentar, las actividades que se llevan a cabo por las mañanas en la casa de manera diaria. (Percepción-conocimiento)

Retroalimentación:

- *Lunes: Gimnasia.*
- *Martes: Sesión de belleza y cuidado personal.*
- *Miércoles: Gimnasia.*
- *Jueves: Sesión de belleza y cuidado personal.*
- *Viernes: Gimnasia.*

2. Me podrías comentar, las actividades que se llevan a cabo por las tardes en la casa. (Percepción-Conocimiento)

Retroalimentación:

- *Lunes: Diana.*
- *Martes: Bingo u otras.*
- *Miércoles: Pelota.*
- *Jueves: Cognición y manualidades.*
- *Viernes: Películas.*

3. De las actividades que se realizan, ¿En cuales sueles participar? ¿Por qué no participas en las demás? (Dificultad)
4. ¿Te gustaría participar más en las actividades? (Dificultad)
5. Me podrías indicar si tienes alguna dificultad a la hora de participar. (Dificultad)
6. ¿Qué te aporta cada una de las actividades? ¿Por qué no te aporta algo?(Aportación)

Presente-futuro

7. ¿Qué actividades te gustaría proponer para que se realice en la casa? (Deseo)

Retroalimentación: Manualidades, salidas fuera de la residencia, (visitas a museos, centros comerciales, pueblos, etc.), juegos, películas, actuaciones, talleres de cocina, otras.

8. ¿En cuales de esas actividades te comprometerías a participar? (Compromiso)
9. ¿Tendrías alguna dificultad para realizar esas actividades? (Dificultad)

Retroalimentación: Necesidad de una fisioterapeuta, física, etc.

10. ¿Qué te aportarían cada una de las actividades que has propuesto? (Aportación)

Para finalizar, espero que no haya sido mucha molestia y muchas gracias por su colaboración. Todo lo dicho anteriormente será tratado con total confidencialidad.

ANEXO 3. Tabla final**TABLA FINAL**

FRASES/ CATEGORÍAS RELEVANTES	Foco 1	Foco 2	Foco 3	Foco 4	Foco 5	Foco 6	Foco 7	Otros	Foco princip al	Tot al
Tengo conocimiento de las actividades que se hacen por las mañanas en el salón.	9								1	9
Solo tengo conocimiento de algunas actividades que se hacen por las mañanas.	8								1	8
Los martes y los jueves por las mañanas hay cuidado personal.	2								1	2
No sé que actividades se hacen por las mañanas.	2								1	2
Tengo conocimiento de las actividades que hay por la tarde.	8								1	8

Solo sé algunas actividades de por la tarde.	2								1	2
Participo en todas las actividades.		4							2	4
No participo en las actividades.		1							2	1
Solo participo en algunas actividades.		5							2	5
Participo en algunas actividades.		3							2	3
No participo en el taller de memoria.		1							2	1
No participo en la gimnasia.		1							2	1
Solo participo en la gimnasia		3							2	3
A veces no tengo ganas de participar.		6							2	6
A veces no participo porque tengo visitas.		2							2	2
No me gustan los juegos.		3							2	3
Hay veces que no participo para hacer otras tareas.		4							2	4

Me resultan difíciles las actividades de memoria.		2							2	2
Me resulta difícil la gimnasia.		1							2	1
Necesito que me trasladen al salón de actos cuando hay alguna actividad.		1							2	1
No tengo dificultad para las actividades que se hacen en el salón.		7							2	7
Las actividades me aportan distracción, movilidad en los brazos, atención y ayuda a la memoria, entretenimiento, colaboración en colectividad, conocimiento, aprendizaje, tranquilidad y alegría.			10						3	10
Las			3						3	3

actividades me aportan entretenimiento, colaboración en colectividad, conocimiento y aprendizaje.										
Las actividades me aportan tranquilidad y alegría.			1						3	1
Las actividades hacen que no me aburra.			4						3	4
Me gustaría realizar salidas fuera de la residencia.				3					4	3
No me gustaría realizar salidas fuera de la residencia.				3					4	3
Me gustaría tener un huerto.				1					4	1
Me gustaría realizar actividades de complementar canciones, refranes, etc.				1					4	1
Propongo				1					4	1

hacer un grupo de debate.										
Propongo paseos guiados.				1					4	1
Me gustaría mejorar la gimnasia.				1					4	1
No quiero proponer ninguna actividad.								4	Otro enfoque	4
Me comprometería en las salidas y en las manualidades					3				5	3
Me comprometería a las salidas si me gusta.					2				5	2
Me comprometería a participar en las actividades de complementar canciones, refranes, etc.					1				5	1
Me comprometería a realizar las actividades de debate y paseos.					1				5	1
Me					1				5	1

comprometería a realizar la gimnasia si se mejora.										
No puedo trabajar el huerto.						1			6	1
Tendría dificultad para desplazarme en las salidas.						4			6	4
No tendría dificultad para realizar la actividad de complementar canciones o refranes.						1			6	1
La nuevas actividades me aportarían conocimiento, alegría, distracción, bienestar físico y entretenimiento							5		7	5
La actividad de mejorar de la gimnasia me aportaría bienestar físico.							1		7	1

ANEXO 4. Protocolo de cuestionario

Protocolo de cuestionario en base al tema: Fomento de la participación en residentes del Buen Samaritano

PERFIL:

Sexo: Femenino ☐ Masculino ☐ **Edad:** - 65 ☐ 65-75 ☐ 76-85 ☐ 86+ ☐

Este cuestionario tiene el objetivo de mejorar e incluir actividades nuevas en el salón Betania, para ello contamos con su opinión.

Para responder a este cuestionario debe leer y entender las afirmaciones contestando con una “X” en la opción que crea oportuna. Siendo TD (Totalmente desacuerdo), D (Desacuerdo), A (De acuerdo) y TA (Totalmente de acuerdo).

ÍTEMS/PREGUNTAS	TD	D	A	TA
1. Tengo conocimiento de todas las actividades que se realizan en el salón Betania por las mañanas. (Conocimiento)				
2. Tengo conocimiento de todas las actividades que se realizan en el salón Betania por las tardes. (Conocimiento)				
3. Solo tengo conocimiento de las actividades que me gustan e interesan. (Conocimiento)				
4. Participo en todas las actividades. (Dificultades)				
5. Solo participo en las actividades que me gustan e interesan. (Dificultades)				
6. Participo en las actividades cuando me apetece. (Dificultades)				
7. Realizo otras tareas diferentes durante las actividades. (Dificultades)				
8. Recibo visitas durante las actividades y dejo de participar para estar con ellos/as. (Dificultades)				
9. Me gustan los juegos del salón. (Dificultades)				
10. Me resulta difícil los ejercicios de memoria. (Dificultades)				

11. Me resulta difícil los ejercicios de la gimnasia. (Dificultades)				
12. Necesito que me trasladen al salón de actos cuando hay una actividad. (Dificultades)				
13. Tengo dificultades para realizar los ejercicios del salón Betania porque no veo bien. (Dificultades-propias)				
14. Las actividades me aportan distracción, entretenimiento, tranquilidad y alegría. (Aportación)				
15. Las actividades me aportan movilidad en los brazos, ayuda a la memoria, y estar y compartir con los demás. (Aportación)				
16. Las actividades me aportan atención, conocimiento y aprendizaje. (Aportación)				
17. Me gustaría realizar salidas fuera de la residencia. (Deseo)				
18. Me gustaría tener un huerto. (Deseo)				
19. Me gustaría tener un taller con animales (Deseo)				
20. Me gustaría realizar actividades de completar canciones, refranes, etc. (Deseo)				
21. Me gustaría hacer un grupo de debate para hablar de temas interesantes. (Deseo)				
22. Me gustaría participar, dentro de mis posibilidades, en talleres de baile. (Deseo)				
23. Me gustaría dar un paseo por el nuevo jardín. (Deseo)				
24. Me gustaría mejorar la gimnasia. (Deseo)				
25. Me conformo con las actividades que ya se realizan en el salón Betania. (Otro enfoque)				
26. Me comprometo a ir a las salidas que se organicen. (Compromiso)				
27. Me comprometo a participar en una actividad de completar frases, refranes, canciones, etc. (Compromiso)				
28. Me comprometo a participar en los grupos de debates. (Compromiso)				
29. Me comprometo a participar en los paseos. (Compromiso)				

30. Me comprometo a participar en la gimnasia si se mejora. (Compromiso)				
31. Tendría dificultad para participar en las nuevas actividades porque no veo bien. (Dificultad propia)				
32. Las nuevas actividades me aportarían alegría, distracción, entretenimiento y bienestar físico. (Aportación)				
33. Las nuevas actividades me aportarían conocimiento. (Aportación)				

Sugerencias:

ANEXO 5. Rejilla y análisis SPSS

**TIPOLOGÍA DE LOS ÍTEMS DE UN CUESTIONARIO DE OPINIONES
SEGÚN SU DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIAS (Basado en Rafael Galante)**

ÍTEM	TD %	D %	A %	TA %	GRÁFICA
definitorio extremo +				> 85	
definitorio extremo -	> 85				
Cuasi definitorio extremo +				>70	
Cuasi definitorio extremo -	>70				
Extremos en oposición	50	0	0	50	
invernormal	35	15	15	35	
normal	15	35	35	15	
Uniforme diversificado	25	25	25	25	
Central en oposición	0	50	50	0	
Cuasi Definitorio -	>75				
Cuasi Definitorio +			>75		
Definitorio -	> 85				
Definitorio +			> 85		

Tabla gráfica 1: Sexo (Elaboración propia)**Estadísticos**

Sexo

N	Válidos	51
	Perdidos	1

Sexo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos		1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	31	59,6	59,6	61,5
	2	20	38,5	38,5	100,0
	Total	51	98,1	98,1	

En base a la distribución de frecuencias registradas, este ítem muestra un porcentaje superior de mujeres, que de hombre. Siendo 59,6% de mujeres frente a un 38,5% de hombres. Nos encontramos que hay un valor perdido, pues un residente se negaba a realizar este cuestionario, el cual hace referencia al valor 0, siendo un porcentaje de 1,9.

Tabla gráfica 2: Edad (Elaboración propia)**Estadísticos**

Edad

N	Válidos	51
	Perdidos	1

Edad

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	4	7,7	7,7	9,6
	2	10	19,2	19,2	28,8
	3	20	38,5	38,5	67,3
	4	17	32,7	32,7	100,0
	Total	51	98,1	98,1	

Esta tabla hace referencia a los porcentajes de las edades que nos podemos encontrar en el salón Betania. Siendo 7,7% de personas menores de 65 años, 19,2% de personas con edad entre 65 y 75 años de edad, un 38,5% de personas con edad entre 76 y 85 años, y

un 32,7% de personas con edad superior a 86 años. Por tanto, teniendo en cuenta la distribución de frecuencias del anexo anterior se puede indicar que este ítem es cuasi definitorio +, dado que nos encontramos con más personas en edad de 76 a 85 y de 86 en adelante.

Tabla gráfica 3: Ítem 1 (Elaboración propia)

Ítem1: Tengo conocimiento de todas las actividades que se realizan en el salón Betania por las mañanas.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	1	1,9	1,9	3,8
	2	21	40,4	40,4	44,2
	3	28	53,8	53,8	98,1
	4	1	1,9	1,9	100,0
	Total	51	98,1	98,1	

En este ítem se puede observar como la mayoría de los/as residentes saben las actividades que se llevan a cabo en el salón Betania por las mañanas, aunque un gran porcentaje de estas dicen que no las conocen. Podría decirse que en base a la distribución de frecuencias registradas este ítems se considera un ítems central en oposición, dado las dos respuestas que mayor número ha obtenido son acuerdo con un 53,8% y desacuerdo con un 40,4%. Ambos extremos solamente han sido respondidos por una persona con un 1,9%.

Tabla gráfica 4: Ítem 2 (Elaboración propia)

Ítem 2: Tengo conocimiento de todas las actividades que se realizan en el salón Betania por las tardes.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	2	19	36,5	36,5	38,5
	3	29	55,8	55,8	94,2
	4	3	5,8	5,8	100,0
	Total	51	98,1	98,1	

En este ítem se puede observar como la mayoría de los/as residentes saben las actividades que se llevan a cabo en el salón Betania por las tardes, aunque un gran porcentaje de estas dicen que no las conocen. Podría decirse que en base a la distribución de frecuencias registradas este ítems se considera un ítems central en oposición, dado las dos respuestas que mayor número ha obtenido son acuerdo con un 55,8% y desacuerdo con un 36,5%. En cuanto a los extremos, sigue siendo mayor el porcentaje de personas que sí conocen las actividades independientemente de si participan o no en estas.

Tabla gráfica 5: Ítem 3 (Elaboración propia)

Ítem 3: Solo tengo conocimiento de las actividades que me gustan e interesan.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	4	7,7	7,7	9,6
	2	28	53,8	53,8	63,5
	3	18	34,6	34,6	98,1
	4	1	1,9	1,9	100,0
	Total	51	98,1	98,1	

En este ítem se puede observar como la mayoría de los/as residentes conocen las actividades aunque no les guste o interesen, ya que a todos se les informan sobre las actividades que se están llevando a cabo en el salón. Aquellas personas que no tienen conocimiento de las actividades es debido a que no conviven en salón. Podría decirse que en base a la distribución de frecuencias este ítems se considera un ítems central en oposición, dado las dos respuestas que mayor número ha obtenido son desacuerdo con un 53,8% y un 34,6% de acuerdo.

Tabla gráfica 6: Ítem 4 (Elaboración propia)

Ítem 4: Participo en todas las actividades.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	13	25,0	25,0	26,9
	2	33	63,5	63,5	90,4
	3	4	7,7	7,7	98,1

4	1	1,9	1,9	100,0
Total	51	98,1	98,1	

En este ítem se puede observar como la mayoría de los/as residentes no participan en todas las actividades que se organizan en el salón, tan solo cinco personas han respondido que sí. Por tanto este ítem se considera definitorio negativo, dado que el número de respuestas en totalmente desacuerdo y desacuerdo son mucho mayores. Siendo 25% (TD) y 63,5% (D)

Tabla gráfica 7: Ítem 5 (Elaboración propia)

Ítem 5: Solo participo en las actividades que me gustan e interesan.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	5	9,6	9,6	11,5
	2	6	11,5	11,5	23,1
	3	39	75,0	75,0	98,1
	4	1	1,9	1,9	100,0
	Total	51	98,1	98,1	

En este ítem se puede observar como la mayoría de los/as residentes solo participa en las actividades que le interesan y les gusta, en esta residencia no se obliga a nadie a participar, los residentes son libres de realizar las actividades que ellos decidan, aunque siempre se les anima y motiva a participar. Por tanto, este ítem se considera cuasi definitorio +, siendo un 75% (A) y un 1.9% (TA).

Tabla gráfica 8: Ítem 6 (Elaboración propia)

Ítem 6: Participo en las actividades cuando me apetece.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	3	5,8	5,8	7,7
	2	6	11,5	11,5	19,2
	3	40	76,9	76,9	96,2
	4	2	3,8	3,8	100,0
	Total	51	98,1	98,1	

En este ítem se puede observar como la mayoría de los/as residentes solo participa en las actividades cuando les apetece, al igual que he comentado en el ítem anterior en esta residencia no se obliga a nadie a participar si la persona no lo desea, los residentes son libres de realizar las actividades que ellos decidan, aunque siempre se les anima y motiva a participar. Por tanto, este ítem se considera cuasi definitorio +, siendo un 76,9% (A) y un 3,8% (TA). A pesar de ello, hay nueve personas que responde que ellos/as participan, aunque no les guste la actividad organizada.

Tabla gráfica 9: Ítem 7 (Elaboración propia)

Ítem 7: Realizo otras tareas diferentes durante las actividades.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos 1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos 2	14	26,9	26,9	28,8
3	34	65,4	65,4	94,2
4	3	5,8	5,8	100,0
Total	51	98,1	98,1	

En este ítem se puede observar como la mayoría de los/as residentes no participan en las actividades porque se encuentran realizando otras actividades fuera del salón. Se puede considerar este ítem normal, ya que las dos respuestas centrales presentan un número mayor que las de los extremos. Siendo, 26,9% (D) y 65,4% (A).

Tabla gráfica 10: Ítem 8 (Elaboración propia)

Ítem 8: Recibo visitas durante las actividades y dejo de participar para estar con ellos/as.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos 1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos 1	6	11,5	11,5	13,5
2	24	46,2	46,2	59,6
3	19	36,5	36,5	96,2
4	2	3,8	3,8	100,0
Total	51	98,1	98,1	

En este ítem se puede observar como la mayoría de los/as residentes no dejan de participar en las actividades para pasar tiempo con los familiares que los visitan, otros apenas reciben visitas por tanto las actividades no son interrumpidas. Se puede considerar este ítem normal, dado que las dos respuestas centrales presentan un número mayor que las de los extremos. Siendo, 46,2% (D) y 36,5% (A).

Tabla gráfica 11: Ítem 9 (Elaboración propia)

Ítem 9: Me gustan los juegos del salón.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	2	3,8	3,8	5,8
	2	20	38,5	38,5	44,2
	3	27	51,9	51,9	96,2
	4	2	3,8	3,8	100,0
Total		51	98,1	98,1	

En este ítem se puede observar como la mayoría de los/as residentes sí les gusta los juegos y actividades que se realizan en el salón, son respuestas de las personas que sí participan ya que hay muchos de ellos que no participan porque consideran que las actividades necesitan una modificación. Este ítem es normal, dado que las dos respuestas centrales presentan un número mayor que las de los extremos. Siendo, en mayor medida 51,9% (A) y 38,5% (D). Tan solo dos personas han seleccionado ambos extremos.

Tabla gráfica 12: Ítem 10 (Elaboración propia)

Ítem 10: Me resulta difícil los ejercicios de memoria.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	4	7,7	7,7	9,6
	2	23	44,2	44,2	53,8
	3	24	46,2	46,2	100,0
Total		51	98,1	98,1	

En este ítem se puede observar como la mayoría de los/as residentes les resulta difícil, incluso muy difícil los ejercicios de memoria. Por tanto se puede considerar como algo muy importante para seguir potenciando a los/as mayores. Este ítem es definitorio +, dado que las respuestas tienen un número mayor en acuerdo y totalmente de acuerdo. Siendo, 44,2% y 46,2% respectivamente.

Tabla gráfica 13: Ítem 11 (Elaboración propia)

Ítem 11: Me resulta difícil los ejercicios de la gimnasia.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	2,0	2,0
Válidos	1	5	9,6	9,8	11,8
	2	29	55,8	56,9	68,6
	3	14	26,9	27,5	96,1
	4	2	3,8	3,9	100,0
	Total	51	98,1	98,1	

En este ítem se puede observar como la mayoría de los/as residentes no tienen dificultad en realizar los distintos ejercicios de la gimnasia, aunque otra amplia mayoría responde que sí. Este ítem es normal, dado que las dos respuestas centrales presentan un número mayor que las de los extremos. Siendo, en mayor medida 56,9% (D) y 27,5% (A).

Tabla gráfica 14: Ítem 12 (Elaboración propia)

Ítem 12: Necesito que me trasladen al salón de actos cuando hay una actividad.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	9	17,3	17,3	19,2
	2	19	36,5	36,5	55,8
	3	23	44,2	44,2	100,0
	Total	51	98,1	98,1	

En este ítem se puede observar como la mayoría de los/as residentes necesitan que lo trasladen al salón cuando hay una actividad, pues muchos de ellos se encuentra con una movilidad bastante reducida. Este ítem es cuasi definitorio +, puesto que las respuestas

de acuerdo y totalmente acuerdo son las más seleccionadas. Siendo, 36,5% (A) y 44,2% (TA).

Tabla gráfica 15: Ítem 13 (Elaboración propia)

Ítem 13: Tengo dificultades para realizar los ejercicios del salón Betania porque no veo bien.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	9	17,3	17,3	19,2
	2	30	57,7	57,7	76,9
	3	12	23,1	23,1	100,0
	Total	51	98,1	98,1	

En este ítem se puede observar como la mayoría de los/as residentes no tienen dificultades para realizar los ejercicios por la vista ya que ven bien, sin embargo, algunos de ellos si tienen dificultades pero con la escucha. Este ítem es cuasi definitorio -, puesto que las respuestas de totalmente en desacuerdo y en desacuerdo son las más seleccionadas. Siendo, mayor (D) con un 57,7% de personas que han negado esta pregunta y un 17,3% (TD).

Tabla gráfica 16: Ítem 14

Ítem 14: Las actividades me aportan distracción, entretenimiento, tranquilidad y alegría.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	2	3,8	3,8	5,8
	2	7	13,5	13,5	19,2
	3	40	76,9	76,9	96,2
	4	2	3,8	3,8	100,0
	Total	51	98,1	98,1	

En este ítem se puede observar como a la mayoría de los/as residentes las actividades les aporta distracción, entretenimiento, tranquilidad y alegría cuando participan en las actividades organizadas por el salón. Este ítem es cuasi definitorio +, puesto que las

respuestas de acuerdo y totalmente de acuerdo son las más seleccionadas. Siendo, mayor (A) con un 76,9% de personas y (TA) con un 3,8%.

Tabla gráfica 17: Ítem 15 (Elaboración propia)

Ítem 15: Las actividades me aportan movilidad en los brazos, ayuda a la memoria, y estar y compartir con los demás.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	1	1,9	1,9	3,8
	2	9	17,3	17,3	21,2
	3	39	75,0	75,0	96,2
	4	2	3,8	3,8	100,0
Total		51	98,1	98,1	

En este ítem se puede observar como a la mayoría de los/as residentes las actividades les aporta movilidad en los brazos, ayuda a la memoria, y compartir tiempo con los demás. Este ítem es cuasi definitorio +, puesto que las respuestas de acuerdo y totalmente de acuerdo son las más seleccionadas. Siendo, mayor (A) con un 75% de personas y (TA) con un 3,8%.

Tabla gráfica 18: Ítem 16 (Elaboración propia)

Ítem 16: Las actividades me aportan atención, conocimiento y aprendizaje.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	2	3,8	3,8	5,8
	2	10	19,2	19,2	25,0
	3	39	75,0	75,0	100,0
Total		51	98,1	98,1	

En este ítem se puede observar como a la mayoría de los/as residentes las actividades les aporta atención, conocimiento y aprendizajes, siempre que participan en las actividades. Por ello se considera que este ítem es cuasi definitorio +, dado que la respuesta de acuerdo es la más seleccionada, con un total de 75%, dejando los valores negativos muy bajos.

Tabla gráfica 19: Ítem 17 (Elaboración propia)**Ítem 17: Me gustaría realizar salidas fuera de la residencia.**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	2	3,8	3,8	5,8
	2	18	34,6	34,6	40,4
	3	27	51,9	51,9	92,3
	4	4	7,7	7,7	100,0
Total		51	98,1	98,1	

En este ítem se puede observar como a la mayoría de los/as residentes les gustaría realizar más actividades fuera de la residencia, sobre todo a visitar pueblos y lugares nuevos donde porque comer. Por ello se considera que este ítem es normal, puesto que las respuestas centrales son las que han obtenido mayores resultados, siendo mayor 51,9% (A) y 34,6% (D).

Tabla gráfica 20: Ítem 18 (Elaboración propia)**Ítem 18: Me gustaría tener un huerto.**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	9	17,3	17,3	19,2
	2	36	69,2	69,2	88,5
	3	6	11,5	11,5	100,0
Total		51	98,1	98,1	

En este ítem se puede observar como a la mayoría de los/as residentes no le gustaría tener un huerto, ya sea por sus capacidades físicas o porque no les gusta el campo. Por ello se considera que este ítem es cuasi definitorio -, dado que la respuesta de totalmente en desacuerdo y desacuerdo son las más seleccionadas, siendo mayor desacuerdo con un 69,2% y totalmente en desacuerdo con un total de 17,3%.

Tabla gráfica 21: Ítem 19 (Elaboración propia)**Ítem 19: Me gustaría tener un taller con animales.**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	11	21,2	21,2	23,1
	2	22	42,3	42,3	65,4
	3	18	34,6	34,6	100,0
Total		51	98,1	98,1	

En este ítem se puede ver como a la mayoría de los/as residentes no les gustaría tener un taller con animales, por ello se respetará la decisión de la mayoría y no se tendrá en cuenta para la elaboración de las actividad a proponer. Este ítem es normal, porque las respuestas centrales son las más seleccionadas, con una amplia mayoría en desacuerdo 42,3% y seguido acuerdos con un 34,6%. Algo a tener en cuenta es que ninguna persona ha decidido la opción de totalmente de acuerdo, da lugar a pensar que a estos/as mayores no les gusta los animales.

Tabla gráfica 22: Ítem 20 (Elaboración propia)

Ítem 20: Me gustaría realizar actividades de completar canciones, refranes, etc.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	3	5,8	5,8	7,7
	2	15	28,8	28,8	36,5
	3	32	61,5	61,5	98,1
	4	1	1,9	1,9	100,0
Total		51	98,1	98,1	

En este ítem se puede ver como a la mayoría de los/as residentes, están de acuerdo en tener una actividad en la que tengan que completar el texto de una canción u refranes. Se tendrá en cuenta a la hora de elaborar las distintas actividades para la propuesta de intervención. Este ítem es normal, porque las respuestas centrales son las más seleccionadas, con una amplia mayoría en acuerdo con un 61,5% y seguido de los desacuerdos con un 28,8%.

Tabla gráfica 23: Ítem 21 (Elaboración propia)

Ítem 21: Me gustaría hacer un grupo de debate para hablar de temas interesantes.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	9	17,3	17,3	19,2
	2	32	61,5	61,5	80,8
	3	10	19,2	19,2	100,0
Total		51	98,1	98,1	

En este ítem se puede ver como a la mayoría de los/as residentes, están en desacuerdo en tener un grupo de debate para hablar de diferentes temas, esto es algo muy interesante propuesto por un residente. Este ítem es normal, porque las respuestas centrales son las más seleccionadas, con una amplia mayoría en acuerdo con un 61,5% y seguido de los desacuerdos con un 19,2%.

Tabla gráfica 24: Ítem 22 (Elaboración propia)

Ítem 22: Me gustaría participar, dentro de mis posibilidades, en talleres de baile.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	13	25,0	25,0	26,9
	2	31	59,6	59,6	86,5
	3	7	13,5	13,5	100,0
Total		51	98,1	98,1	

En este ítem se puede ver como a la mayoría de los/as residentes, no están de acuerdo en tener un taller de baile, incluso estando adaptado a las diferentes capacidades de los mayores. Este ítem es definitorio -, porque las respuestas que predominan son (TD) con un 25% y (D) con un 59,6%, siendo este último valor mayor que el anterior.

Tabla gráfica 25: Ítem 23 (Elaboración propia)

Ítem 23: Me gustaría dar un paseo por el nuevo jardín.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9

Válidos	1	2	3,8	3,8	5,8
	2	3	5,8	5,8	11,5
	3	45	86,5	86,5	98,1
	4	1	1,9	1,9	100,0
Total		51	98,1	98,1	

En este ítem se puede ver como a la mayoría de los/as residentes están de acuerdo en tener un paseo por el nuevo jardín, por lo que se tendrá en cuenta a la hora de realizar actividades fuera de la residencia, por ejemplo realizar esta fuera del salón y disfrutando de la naturaleza. Este ítem es definitorio +, porque las respuestas que predominan son (A) con un 86,5% y (TA) con un 1.9%, siendo primer valor mayor.

Tabla gráfica 26: Ítem 24 (Elaboración propia)

Ítem 24: Me gustaría mejorar la gimnasia.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	1	1,9	1,9	3,8
	2	12	23,1	23,1	26,9
	3	36	69,2	69,2	96,2
	4	2	3,8	3,8	100,0
Total		51	98,1	98,1	

En este ítem se puede ver como a la mayoría de los/as residentes están de acuerdo en mejorar las actividades y ejercicios que se realizan en la gimnasia, por ello algunos no participa. Este ítem es normal, ya que los valores centrales son los que más predominan, siendo (D) 23,1% y (A) de un 69,2%, este último superior.

Tabla gráfica 27: Ítem 25 (Elaboración propia)

Ítem 25: Me conformo con las actividades que ya se realizan en el salón Betania.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	7	13,5	13,5	15,4
	2	24	46,2	46,2	61,5
	3	19	36,5	36,5	98,1

4	1	1,9	1,9	100,0
Total	51	98,1	98,1	

En este ítem se puede ver como a la mayoría de los/as residentes no se conforman con las actividades que se realizan en el salón, por lo que esto es un resultado muy importante para decidir realizar una propuesta de intervención. Este ítem es normal, ya que los valores centrales son los que más predominan, siendo (D) 46,2% y (A) de un 36,5%, siendo el primero superior.

Tabla gráfica 28: Ítem 26 (Elaboración propia)

Ítem 26: Me comprometo a ir a las salidas que se organicen.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	1	1,9	1,9	3,8
	2	19	36,5	36,5	40,4
	3	30	57,7	57,7	98,1
	4	1	1,9	1,9	100,0
Total		51	98,1	98,1	

En este ítem se puede ver como a la mayoría de los/as residentes se comprometen a participar en las salidas que se organicen para ellos, tan solo una persona ha dicho que no totalmente. Este ítem es normal, ya que los valores centrales son los que más predominan, siendo (D) 36,5% y (A) de un 57,7%, siendo el último un porcentaje superior.

Tabla gráfica 29: Ítem 27 (Elaboración propia)

Ítem 27: Me comprometo a participar en una actividad de completar frases, refranes, canciones, etc.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	4	7,7	7,7	9,6
	2	14	26,9	26,9	36,5
	3	32	61,5	61,5	98,1

4	1	1,9	1,9	100,0
Total	51	98,1	98,1	

En este ítem se puede ver como a la mayoría de los/as residentes se comprometen a participar en la actividad de complementar canciones o refranes, esto es algo que les gusta mucho y que se pueden divertir recordando canciones de su época. Este ítem es normal, ya que los valores centrales son los que más predominan, siendo (D) 26,9% y (A) de un 61,5%, siendo el último un porcentaje superior.

Tabla gráfica 30: Ítem 28 (Elaboración propia)

Ítem 28: Me comprometo a participar en los grupos de debates.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	13	25,0	25,0	26,9
	2	31	59,6	59,6	86,5
	3	7	13,5	13,5	100,0
Total		51	98,1	98,1	

En este ítem se puede ver como a la mayoría de los/as residentes no se comprometen a participar en los grupos de debate. Este ítem es definitorio -, dado que los porcentajes que más predominan son (TD) con un 25% y (D) con un 59,6%. Ninguno de los/as mayores ha respondido a totalmente de acuerdo.

Tabla gráfica 31: Ítem 29 (Elaboración propia)

Ítem 29: Me comprometo a participar en los paseos.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	1	1,9	1,9	3,8
	2	3	5,8	5,8	9,6
	3	45	86,5	86,5	96,2
	4	2	3,8	3,8	100,0

Ítem 29: Me comprometo a participar en los paseos.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	1	1,9	1,9	3,8
	2	3	5,8	5,8	9,6
	3	45	86,5	86,5	96,2
	4	2	3,8	3,8	100,0
Total		51	98,1	98,1	

En este ítem se puede ver como a la mayoría de los/as residentes si comprometen a participar en los paseos. Este ítem es definitorio +, dado que los porcentajes que más predominan son (A) con un 86,5% y (TA) con un 3,8%. Tan solo cuatro personas han decidido que no quieren dar paseos por los nuevos jardines, seguramente son personas que no quieren tener nada que ver con el salón.

Tabla gráfica 32: Ítem 30 (Elaboración propia)

Ítem 30: Me comprometo a participar en la gimnasia si se mejora.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	1	1,9	1,9	3,8
	2	8	15,4	15,4	19,2
	3	39	75,0	75,0	94,2
	4	3	5,8	5,8	100,0
Total		51	98,1	98,1	

En este ítem se puede ver como a la mayoría de los/as residentes se comprometen a participar en la gimnasia si esta mejora en su organización y planificación de las actividades. Este ítem es definitorio +, dado que los porcentajes que más predominan son (A) con un 75% y (TA) con un 5,8%.

Tabla gráfica 33: Ítem 31 (Elaboración propia)

Ítem 31: Tendría dificultad para participar en las nuevas actividades porque no veo bien.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	6	11,5	11,5	13,5
	2	35	67,3	67,3	80,8
	3	9	17,3	17,3	98,1
	4	1	1,9	1,9	100,0
Total		51	98,1	98,1	

En este ítem se puede ver como a la mayoría de los/as residentes no tendría dificultad en las actividades que se tiene que forzar la vista. Este ítem es cuasi definitorio -, dado que los porcentajes que más predominan son (TD) con un 11,5% y (D) con un 67,3%, siendo este último valor es que más predomina.

Tabla gráfica 34: Ítem 32 (Elaboración propia)

Ítem 32: Las nuevas actividades me aportarían alegría, distracción, entretenimiento y bienestar físico.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	1	1,9	1,9	3,8
	2	4	7,7	7,7	11,5
	3	44	84,6	84,6	96,2
	4	2	3,8	3,8	100,0
Total		51	98,1	98,1	

En este ítem se puede ver como a la mayoría de los/as residentes opinan que las nuevas actividades les aportaría alegría distracción, entretenimiento y bienestar físico. Este ítem es definitorio +, dado que los porcentajes que más predominan son (A) con un 84,6% y (TA) con un 3,8%, siendo el primero porcentaje mayor.

Tabla gráfica 35: Ítem 33 (Elaboración propia)


Ítem 33: Las nuevas actividades me aportarían conocimiento.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Perdidos	1	1	1,9	1,9	1,9
Válidos	1	1	1,9	1,9	3,8
	2	5	9,6	9,6	13,5
	3	43	82,7	82,7	96,2
	4	2	3,8	3,8	100,0
Total		51	98,1	98,1	

En este ítem se puede ver como a la mayoría de los/as residentes opinan que las nuevas actividades les aportarían conocimiento, por lo que se tendrá en cuenta para la elaboración de actividades donde la memoria sea el mayor objetivo. Este ítem es definitorio +, dado que los porcentajes que más predominan son (A) con un 82,7% y (TA) con un 3,8%, siendo el primero porcentaje mayor.

ANEXO 6. Sesiones de actividades

1º SESIÓN: PRESENTACIÓN Y JUEGOS**Dinámica 1:**

Nombre: Me llamo...	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Presentarse ante el grupo de una manera divertida.- Interactuar con los demás.- Realizar movimientos con el cuerpo.- Ayuda a la memoria. <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none">- No se necesita. <p>Espacio:</p> <ul style="list-style-type: none">- Salón Betania, todos sentados en forma de círculo. <p>Desarrollo:</p> <p>Para comenzar esta dinámica todos los/as mayores se deberán sentar en forma de círculo para estar más conectados entre sí. La dinámica consiste en que cada persona deberá decir su nombre y realizar un sonido con cualquier parte de su cuerpo. Por ejemplo: Soy Loli y realizo dos palmadas. Todos los demás participantes deberá decir el nombre de la persona y realizar el sonido. Así hasta que todos los mayores hayan tenido la oportunidad de presentarse al grupo. La duración de esta dinámica dependerá del número de participantes.</p> <p>Variante:</p> <ul style="list-style-type: none">- Cada persona tiene que repetir el nombre y realizar el sonido de quienes ya se hayan presentado. Con esta modificación, los mayores usarán la memoria a corto plazo y tendrán que estar más atentos para no olvidarse de ningún nombre y sonido.- La persona deberá decir su nombre, y dependiendo de la inicial de su nombre tendrá que decir un animal que empiece por la misma inicial. Por ejemplo, soy Loli y soy un león. <p>Duración:</p> <ul style="list-style-type: none">- Aproximadamente 10 minutos.	

Dinámica 2:

Nombre:

¡Yo la escuchaba!

**Objetivos:**

- Mejorar la movilidad de los brazos.
- Interactuar con los demás.
- Mejorar la atención y la concentración.
- Favorecer el entretenimiento.
- Acercar a los mayores a diferentes estilos musicales.
- Seguir el ritmo de las canciones.

Materiales:

- Se necesita un ordenador o cualquier dispositivo donde poder poner canciones.
- Altavoces.
- Una pelota de gomaespuma.

Espacio:

- Salón Betania, todos sentados en forma de círculo.

Desarrollo:

Todos los participantes deberán estar sentados en círculo para poder comenzar esta actividad, la cual consiste en pasar la pelota a los demás siguiendo el ritmo de la canción que en ese momento este sonando. Por lo tanto, cuando la canción tenga un ritmo rápido se deberá pasar la pelota a más velocidad y lo contrario si el ritmo es lento.

Variante:

- Pasar la pelota de diferentes formas, en círculo, al azar, diciendo el nombre de la persona, el color de pelo, o siguiendo las instrucciones de la educadora.
- Pasar la pelota sin que se caiga al suelo.
- Usar más de una pelota.

Duración:

- Aproximadamente 30 minutos.

Observación:

Las canciones de esta dinámica no tienen por qué gustar, lo importante es seguir el ritmo de ellas, cuantos más estilos musicales haya mejor nos lo pasaremos.

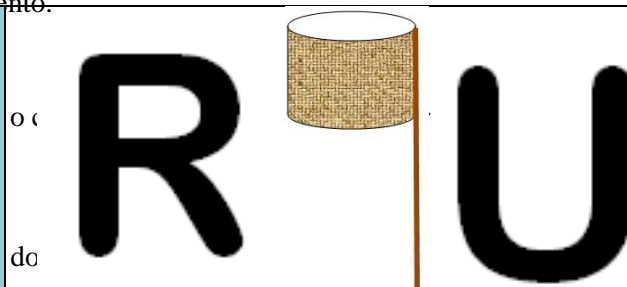
Dinámica 3:

Objetivos:

- Recordar a cantantes de su época y relacionarlos con sus canciones.
- Interactuar con los demás.
- Favorecer el entretenimiento.

Nombre:

¡Recíclame y úsame!

**Desarrollo:**

Para realizar esta dinámica nos dividimos en dos grupos al azar, y daremos paso a escuchar una serie de fragmentos de canciones, concretamente siete. Cada grupo tendrá que escuchar estas canciones y una persona representante del grupo deberá decir el nombre y el/la cantante de la canción. Se contarán los puntos de cada acierto para que haya un grupo ganador.

Variante:

- Para dar una pista se mostraran la imagen del o la cantante.
- Seguir cantando la canción.
- Cantar otras canciones del mismo/a cantante.
- Responder a una serie de preguntas. Por ejemplo: ¿Cuándo fue la primera vez que escuchaste esta canción? ¿Te gusta este/a cantante? ¿A que año pertenece esta canción?

Duración:

- Aproximadamente 20 hora.

Observación:

Es importante que los/as participantes hayan escuchado estas canciones con anterioridad, por lo que se recomienda que sean de su época.

2ª SESIÓN: ENTRETENIMIENTO

Única dinámica:

Objetivos:

- Favorecer el entretenimiento.
- Interactuar con los demás.

Nombre:**¡Encesta y gana!**

laje.

le redond

a, y verd



- Guantes.

- Papel de periódico para no manchar las mesas.

Espacio:

- Salón Betania, concretamente la zona de las mesas.

Desarrollo:

Para realizar esta dinámica se realizará una manualidad en la que se reciclarán 10 recipientes de forma redondeada, los cuales serán recortados y pintados de diferentes colores por los propios mayores, teniendo ayuda por parte de la educadora si lo precisasen.

Variante:

- Usar otros colores.
- Usar tetrabrik de zumos y leche.

Duración:

- Aproximadamente 90 minutos.

3º SESIÓN: COGNICIÓN**Única dinámica:**

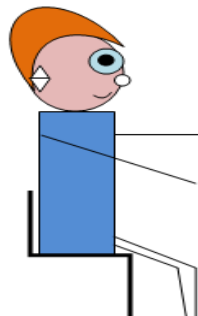
Objetivos:

- Reforzar la memoria con las sumas de los puntos.
- Propiciar la movilidad de los brazos.

Nombre:**¿Cómo te llamas?**

pong o de un t

en forma de cír

**Desarrollo:**

Para realizar esta dinámica se realizará previamente una manualidad en la que se reciclarán 10 recipientes de forma redondeada, los cuales serán pintados de diferentes colores. La dinámica consiste en colocar en forma de triángulo los diferentes recipientes, cada color indicará una puntuación diferente, siendo estos: azul 1 punto, rojo 2 puntos, amarillo 3 puntos y el verde 5 puntos. De forma individual y por turnos deberán de encestar la pelota o las pelotas de ping-pong en los recipientes. Se irá haciendo una suma de las puntuaciones, y el primero que alcance 20 puntos será el ganador. Es muy importante que los/as mayores sean quienes recuenten la puntuación.

Variante:

- Usar otras puntuaciones.
- Usar varias pelotas de distintos colores y que cada una sumen valores distintos. Por ejemplo: Pelota blanca puntuación del recipiente y la pelota naranja sumará doblemente la puntuación del recipiente.

Duración:

- Aproximadamente una 60 minutos.

4º SESIÓN: EJERCICIO FÍSICO**Dinámica 1:**

Objetivos:

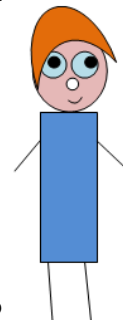
- Promover la movilidad de los brazos, sobre todo los hombros.

Nombre:**¡Moviendo el esqueleto!**

era más entretenida.
eros.

tes.

en forma de círculo

**Desarrollo:**

Para realizar esta dinámica todos tenemos que estar sentados en círculo, para poder visualizarnos mejor. Por turnos, la persona tendrá que levantar su brazo derecho hacia delante y colocarlo a la altura del hombro. Una vez que lo tenga colocado tendrá que escribir en el aire su nombre, manteniendo siempre el brazo extendido, luego cambiará de brazo. ¡Los demás participantes deberán comprobar si lo hace bien! Posteriormente continuará el siguiente participante, así hasta que todos lo hayan realizado con ambos brazos.

Variantes:

- Realizar ejercicio todos juntos.
- Realizar el ejercicio en pareja.
- Escribir el nombre de los demás compañeros.

Duración:

- Aproximadamente 15 minutos.

Dinámica 2:

Objetivos:

- Propiciar la movilidad en todo el cuerpo.
- Mostrar la importancia del ejercicio físico.
- Compartir momentos con los demás.

Materiales:

- Sillas para todos los participantes.

Espacio:

- Salón Betania, todos sentados en forma de círculo.

Desarrollo:

Para realizar este ejercicio todos tenemos que estar sentados en círculo. Se iniciará la dinámica realizando movimientos de cuello, hombros, brazos, muñecas, dedos, tronco, piernas y pies. Se harán rotaciones de izquierda a derecha, movimientos circulares, extender y recoger la extremidad, etc.

Cada ejercicio se realizará un total de 15 veces, siempre y cuando los/as mayores puedan realizarlo.

Cuello

- Mover de izquierda a derecha. Realizando una parada en el centro.
- Mirar hacia el techo y volver al centro.
- Mirar hacia el suelo y volver al centro.
- Intentar tocar el hombro con la oreja derecha y luego con la oreja izquierda.

Hombros

- Mover de manera circular ambos hombros hacia atrás.
- Mover de manera circular ambos hombros hacia delante.

Brazos

- Extender los brazos hacia delante aguantar 5 segundos y bajarlos.
- Levantar los brazos hacia arriba hasta donde pueda cada uno y bajarlos.

Muñecas

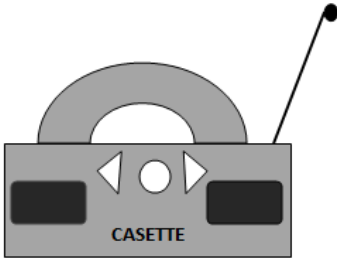
- Unir las dos manos y moverlas en sentido de las agujas del reloj.
- Unir las dos manos y moverlas en sentido contrario de las agujas del reloj.
- Mover las manos como si estuviéramos arrancando una moto.

Dedos

- Mover todos los dedos como si estuviéramos escribiendo a ordenador o a máquina de escribir.
- Mover los dedos como si estuviéramos diciendo número 1, 2, 3, etc.

Tronco

- Extender los brazos hacia abajo e intentar tocar el suelo, primero izquierda y luego derecha.
- Estirar los brazos hacia arriba e intentar estirar el tronco.

<ul style="list-style-type: none"> - Poner los brazos en las rodillas e intentar tocar los pies o hasta donde cada uno pueda dentro de sus posibilidades. 	<p>Piernas</p> <ul style="list-style-type: none"> - Extender y subir hacia arriba y hacia abajo la pierna derecha
<p>Nombre:</p> <p>¡Bingo especial!</p>	<p>iba y haci en el aire a en el air</p>  <p>uviéramos</p> <p>er ido a la</p>
<p>Variantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dar la oportunidad de que ellos se inventen un movimiento. - Que sea alguien de forma voluntaria quien se encargue de dirigir los ejercicios, con el objetivo de ser ellos mismos quienes sean los protagonistas. <p>Duración:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aproximadamente 45 minutos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Mover cada pie de forma circular en sentido de las agujas del reloj y luego al contrario. - Subir y bajar cada pie como si estuviéramos acelerando al conducir un coche.

5º SESIÓN: ENTRETENIMIENTO

Única dinámica

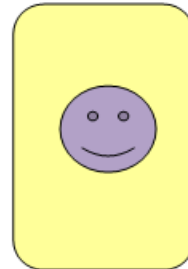
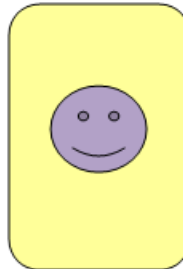
Objetivos:

- Reforzar la memoria.
- Relacionar imágenes con sonidos de la vida cotidiana.
- Fomentar la concentración y la atención

Nombre:

¡Busca la pareja!*

pasión:

**Espacio:**

- Salón Betania, todos sentados en las mesas.

Desarrollo:

En esta dinámica como todos conocemos se reparten una serie de cartones (los que el jugador precise) y una fichas o botones para tapar las figuras que vayan apareciendo. A continuación se tendrá preparado el equipo de sonido, para dar paso a escuchar una serie de sonidos de la vida cotidiana que los mayores tendrán que escuchar y si coincide con la imagen que tiene en su cartón deberá de cubrir dicha imagen con la ficha o botón. ¡La primera persona que consiga tapar todas las imágenes será la ganadora!

Variante:

- Usar tarjetas con la imagen directamente sin mostrar los sonidos.

Duración:

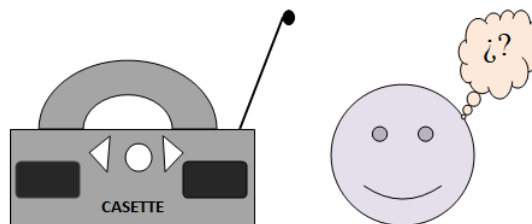
- Aproximadamente 60 minutos.

6º SESIÓN: COGNICIÓN

Dinámica 1:

Objetivos:

Ayudar a la memoria

Nombre:**¡Escucha, recuerda y completa!**

- Sillas para todos los participantes.
- Cartas.

Espacio:

- Salón Betania, todos sentados en forma de círculo.

Desarrollo:

Esta dinámica consiste en colocar en el suelo una serie de cartas, las cuales están repetidas. Cada persona por turnos tendrá la oportunidad de levantar dos cartas con el objetivo de formar una pareja de cartas. Si encuentra la pareja se la quedará, sino el turno pasará a la siguiente persona. ¡Quien obtenga más parejas será la persona ganadora!

Variantes:

- Realizar la dinámica en pareja o en grupo de tres, para que haya más posibilidades de ganar.

Duración:

- Aproximadamente 30 minutos.

Dinámica 2:

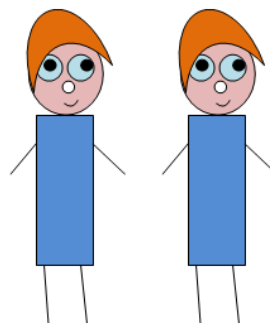
Objetivos:

Ayudar a la memoria

Nombre:**¡Moviendo el esqueleto 2!**

tipos de música

tes.

**Espacio:**

- Folios.
- Lápices.
- Salón Betania, todos sentados en forma de círculo.

Desarrollo:

Esta dinámica consiste en escuchar una serie de canciones, teniendo presente la letra de la canción. La letra no estará completa por lo que los/as mayores deberán de rellenar las palabras que falten. Una vez que se hayan escuchado las canciones en voz alta corregiremos todos los huecos que faltaban por rellenar. La persona participante que haya tenido más aciertos será la ganadora.

Variantes:

- Formar dos grupos y en vez de rellenar en un folio las palabras que falten, tendrán ese folio, pero para responder deberán levantar la mano y responder. El grupo que antes levante la mano y acierte las palabras será el ganador.

Duración:

- Aproximadamente 30 minutos.

7º SESIÓN: EJERCICIO FÍSICO

Objetivos:

- Propiciar la movilidad en todo el cuerpo.
- Mejorar la fuerza en los brazos.
- Mostrar la importancia del ejercicio físico.
- Compartir momentos con los demás.

Materiales:

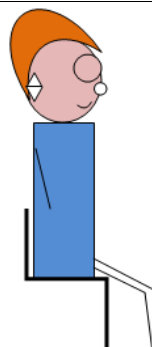
- Sillas para todos los participantes.
- Botellas con arena dentro, para simular unas pesas.
- Pelotas pequeñas.

Nombre:**¡Relajación en el exterior!**

a la entrada principal

del salón Betania.

para realizar ejercicios
r un pequeño calentamiento
es que en este caso
a realizar una serie



lo aire fresco y
do los ejercicios
peticiones.
s para fortalecer

varias partes del cuerpo, los cuales son:

Objetivos:Fuerza:

- Para fortalecer los bíceps, cada persona cogerá una botella con arena para realizar pesas, para ello, primero extenderemos el brazo izquierdo delante de nuestro tronco y flexionaremos nuestro codo para conseguir alzar la pesa hacia nuestro hombro. A continuación se hará con el otro brazo. Se repetirá 7 veces con cada brazo.

Materiales:

- Para conseguir más fuerza en las manos, vamos a agarrar una pelota de un tamaño que quepa en la mano, por ejemplo: Una pelota de tenis. Primero con la mano izquierda vamos a coger la pelota y la vamos apretar y aflojar 7 veces.

Espacio:

- Repetir los ejercicios en la terraza principal de la terraza del salón Betania.

Desarrollo:

Para fortalecer las piernas, las estiraremos hacia arriba hasta que se ponga al mismo nivel que la parte superior de la pierna y presionaremos los músculos, cerrados. Se les habla de la importancia de la respiración para nuestro cuerpo y que deben de inhalar y expulsar el aire profundamente unas 5 veces. Posteriormente cuando se encuentren más relajados se nombrará cada zona del cuerpo (cara, cuello, hombros, brazos, tronco, glúteos, piernas y pies) con el objetivo que vaya relajando cada músculo mencionado y con ello conseguir una relajación extrema. Finalmente, se volverá a inhalar y expulsar aire profundamente con una repetición de 5 veces, para luego abrir los ojos.

Variantes:

Podemos usar diferentes utensilios que pesen un poquito para simular una pesa.

Duración:**Variantes:**

- Aproximadamente 30 minutos.
- Usar sonidos para la relajación, como puede ser una canción clásica que provoque pensar en el campo, paz, tranquilidad, etc.

Duración:

- Aproximadamente 15 minutos.

Dinámica 2:**8º SESIÓN: OCIO****Única salida:****Nombre:****Salida “Muelle uno”****Objetivos:**

- Salir de la rutina y de la casa.
- Dar un paseo.
- Disfrutar del ocio.
- Merendar fuera de la casa.
- Compartir momentos con los demás.

Materiales:

- Autobús.
- Voluntarios.
- Trabajadores auxiliares, trabajadora social y médico.

Espacio:

- Paseo del Muelle Uno, Málaga.

Desarrollo:

Esta actividad ha sido creada pensando en las respuestas que me dieron algunos mayores en las entrevistas realizadas. Se trata de realizar una salida y visitar el puerto de Málaga y sus nuevas instalaciones pues continuamente le están incluyendo cosas nuevas y de las cuales los/as mayores tienen curiosidad. Esta pensado simplemente para que disfruten de un tiempo de ocio, que salgan de su rutina diario y del ambiente de la residencias. Además, en esta visita tomaremos un helado aprovechando el buen tiempo que nos depara el verano.

Variantes:

- Visitar otro lugar.

Duración:

- Aproximadamente 5 horas.

9º SESIÓN: CIERRE FINAL

**Protocolo de cuestionario post intervención en el Centro Gerontológico
Buen Samaritano**

PERFIL:

Sexo: Femenino ☐ Masculino ☐ **Edad:** - 65 ☐ 65-75 ☐ 76-85 ☐ 6+ ☐

Este cuestionario tiene el objetivo de conocer la opinión y la percepción de los/as mayores residentes tras la participación en las actividades propuestas. Así como evaluar dicha intervención.

Para responder a este cuestionario debe leer y entender las afirmaciones contestando con una “X” en la opción que crea oportuna. Siendo TD (Totalmente deseacuerdo), D (Desacuerdo), A (De acuerdo) y TA (Totalmente de acuerdo).

ÍTEMS/PREGUNTAS	TD	D	A	TA
He participado en todas las actividades.				
Solo he participado en las actividades que me ha llamado la atención.				
Me han gustado las actividades de presentación. (1º sesión)				
Me han gustado las actividades de entretenimiento. (2º y 5º sesión)				
Me han gustado las actividades de cognición. (3º y 6º sesión)				
Me han gustado las actividades de ejercicio físico. (4º y 7º sesión)				
Me gustaría realizar más veces estas actividades en el salón.				
Me ha resultado difícil algunos juegos y actividades.				
Las actividades me han aportado distracción, entretenimiento, tranquilidad y alegría.				
Las actividades de ejercicio físico me han aportado más movilidad en todo el cuerpo.				
Las actividades de cognición me han ayudado a recordar y				

memorizar cosas nuevas.				
Me ha agradado compartir tiempo con los demás.				
Las actividades me han aportado atención, conocimiento y aprendizaje.				
Las actividades de la gimnasia han mejorado.				
Me conformo con las actividades que ya se realizan en el salón Betania.				
Me ha gustado el trato de la Educadora Social.				

Sugerencias:

Al final de esta sesión de agradecerá la participación a todos los/as residentes que hayan colaborado.

ANEXO 7. Tabla evaluación intermedia

SESIÓN: NOMBRE DE DINÁMICA:	
PREGUNTAS	RESPUESTAS PARTICIPANTES
¿Qué os ha parecido la dinámica?	
¿Qué mejorarías?	
¿Incluirías algo nuevo?	
Sugerencias	